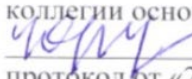



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Самарская Вальдорфская школа»  
городского округа Самара

Рассмотрена  
на педагогической  
коллегии основной школы  
 / Юртайкин А.Н.  
протокол от «25» августа 2022г.

«ПРОВЕРЕНО»  
заместитель  
директора по УВР  
 Косыгина Л.Н.  
от «25» августа 2022г.



Брысякина О.Ю.

Приказ №157-ОД  
от «26» августа 2022г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности  
«Танцы»

5-6 классы

## Пояснительная записка

Курс внеурочной деятельности «Танцы» предназначен для работы с детьми 5-6 классов. Он посвящён процессу овладения детьми ритмических движений с музыкальным сопровождением.

Актуальность данного курса состоит в том, что в процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ослабляется внимание, память, в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях ритмикой увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма. Движение стимулирует процессы роста, развитие и формирования организма, способствует становлению и совершенствованию высшей психической и эмоциональной сферы, активизирует деятельность жизненно важных органов и систем, поддерживает и развивает их, способствует повышению общего тонуса. Движение в ритме и темпе, заданной музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма.

### Содержание курса

**5 класс. Танцы древней Индии (5 часов):** Ученики знакомятся с индийскими танцевальными элементами, изображают различные божества через пластику тела, работают с ритмическими упражнениями, основанными на сложных размерах (7/8, 5/4 и т.п.)

**5 класс. Танцы древнего Египта (5 часов):** Ученики знакомятся с танцевальными элементами Египетской культуры, через пластику изображают различные божества, работают над формами в пространстве и с ритмическими упражнениями, основанными на дробях.

**5 класс. Греческие танцы (7 часов):** Ученики знакомятся с танцевальными элементами народа Греции, знакомятся с культурой народного танца, через переживание танца в кругу каждый ребенок ощущает себя частью чего-то общего, цельного, исполняют на флейтах выбранные танцы.

**6 класс. Средневековые танцы (17 часов):** Ученики знакомятся с танцевальной традицией эпохи средневековья. Получают возможность не только танцевать, но и музицировать традиционные танцы на флейте, гитаре или джембе.

## Планируемые результаты

Освоение детьми программы внеурочной деятельности по общекультурному направлению «Танцы древнего мира и средневековья» направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта. Программа обеспечивает достижение обучающимися следующих **личностных, метапредметных и предметных** результатов.

<b>Личностные УУД</b>	<b><i>Ценностно-смысловые ориентации личности</i></b>	
	Осознает ценность: <ul style="list-style-type: none"> <li>• гуманистического отношения к миру и другим через индивидуальное активное участие в благотворительной деятельности;</li> <li>• творческой самореализации и самовыражения через расширение индивидуального художественного практического опыта;</li> <li>• культуры и традиций народов мира</li> </ul>	<i>Л1</i>
	Осознает ценность общества в целом и социальных групп, к которым принадлежит. Осознает важность дружеских отношений.	<i>Л2</i>
	Знаком с древними во-сточными культурами (Индия, Месопотамия и Древний Египет), греческой историей и культу-рой. Знаком с историей и культурой Рима и средних веков.	<i>Л3</i>
	<b><i>Морально-нравственные ориентации личности</i></b>	
	Имеет опыт разработки и следования коллективным морально-нравственным нормам.	<i>Л4</i>
	Знаком с морально-нравственными нормами античных культур (Греция, Спарта). Обладает позитивной моральной самооценкой и чувством гордости при следовании моральным нормам, опытом переживания чувства стыда и вины при не следовании им. Знаком с морально-нравственными нормами Рима и римского права. Ориентируется в различных культурно-исторических формах морали (моральный кодекс рыцаря Средневековья как идеал морали; куртуазная мораль как способность управлять своими инстинктами; христианская мораль как объединяющий социокультурный фактор). Способен действовать из своего понимания ответственности, осознает последствия норм поведения (правомерное поведение).	<i>Л5</i>
	<b><i>Личностное и социальное самоопределение учащегося</i></b>	
	Способен к пониманию своих возможностей относительно других и отношений с ними (в рамках культурологических проектов). Обладает навыками общественного гендерного поведения и самосознания.	<i>Л6</i>
	Способен к начальным формам индивидуализации, понимания своего характера, своих особенностей, привычек и поведения. Осознает соотношение биологического и социального в человеке,	<i>Л7</i>

	врождённых и приобретённых качеств, способностей. Осознает гендерные особенности человека, его социальные свойства, способы взаимодействия с другими людьми. Способен к начальным формам самопрезентации.	
	<b><i>Мотивационно-смысловые компоненты учебной деятельности</i></b>	
	Способен реализовывать познавательную потребность через работу в группах. Сознает возможность выбора через реализацию разной интересующей деятельности в рамках одного предмета. Сознает возможность реализации разнообразной деятельности в едином контексте темы или предмета.	Л9
	<b><i>Основы здоровьесберегающих стратегий жизнедеятельности</i></b>	
	Обладает нравственной позицией по отношению к природе и окружающему миру как к живому организму.	Л11
<b>Регулятивные УУД</b>	<b><i>Умение планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с задачами и целью деятельности</i></b>	
	Способен к осознанию познавательной проблемы в практической жизни.	P1
	Обладает положительной учебной самооценкой без чувства вины за не успешность.	P2
	<b><i>Волевая саморегуляция личности</i></b>	
	Способен к волевой саморегуляции при достижении цели, опираясь на ориентиры, задаваемые учителем	P4
	Способен к физической саморегуляции и координации тела в пространстве. Внешнее подкрепление как опора для волевого усилия.	P5
	<b><i>Рефлексивное и критическое мышление личности</i></b>	
	Способен к сопоставлению полученного практического результата деятельности и возможных причин, которые приводят к тому или ному результату.	P6
<b>Познавательные УУД</b>	<b><i>Собственная познавательная активность учащегося</i></b>	
	Способен к самостоятельному проведению физического опыта.	П1
	<b><i>Общие приёмы решения учебных задач</i></b>	
	Способен к переживанию простых физических феноменов в их связи с естественными природными явлениями жизни человека.	П2
<b>Коммуникативные УУД</b>	<b><i>Социокультурная компетенция личности</i></b>	
	Способен объективно воспринимать свой неуспех и успех другого человека в ситуации поединка или соперничества.	K1
	Способен к рефлексии в кругу, к озвучиванию ожиданий и чувств. Способен к переживанию множества чувств как основы восприятия себя и другого.	K2

Переживает понятие гармонии и равновесия во всех сферах, в том числе и эмоциональной.	
<b><i>Навыки свободного группового и межличностного взаимодействия</i></b>	
Способен к совместной с классом организации праздников. Способен свободно принять правила, подразумевающие обязательное совместное взаимодействие. Способен к реализации и представлению группового проекта. Способен к свободной групповой работе.	К3
Способен обозначить мотивы конфликтной ситуации.	К4

### **Предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности**

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям народов древнего мира, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;

- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений;  
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

*У учащихся формируются умения:*

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать лирические, эпические, драматические образы в танце; определять по характерным признакам хореографических композиций к соответствующему танцевальному направлению и стилю танец классический, народный, обрядовый;

- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;

- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;

- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях класса, школы.

## Тематическое планирование внеурочной деятельности «Танцы»

Раздел	Тема урока	Содержание	Кол-во часов
<b>5 класс. Танцы древнего мира</b>			
Танцы древней Индии (5 часов)	Ритмические упражнения на сложный размер (7/8, 5/8)	Ученикам предлагаются разнообразные ритмические упражнения, развивающие умение ориентироваться в музыке со сложным размером.	1
	Образ божества Тримурти в движениях	Ученики пробуют, под элементарный напев передать через движения, ориентировку в пространстве божественный образ Тримурти.	1
	Танец «Шивайя»	Творческая работа. На занятии дети, под чутким руководством учителя, создают танец, основанный на ознакомленных элементах.	1
	Танец «Лотос»	Творческая работа. На занятии дети, под чутким руководством учителя, создают танец, основанный на ознакомленных элементах.	1
	Танец воинов	Творческая работа. На занятии дети, под чутким руководством учителя, создают танец, основанный на ознакомленных элементах.	1
Танцы древнего Египта (5 часов)	Ритмические упражнения на дроби	Ученикам предлагаются разнообразные ритмические упражнения, развивающие умение чувствовать сильные, слабые доли и длительности разных размеров.	2
	Ритмические упражнения в 2 ряда. Танцевальные элементы в 2 ряда.	Упражнения, основанные на зеркальности, делении метра на половину. Разучивание танцевальных элементов, входящих в состав будущего танца.	1
	Ритмические упражнения в квадрате. Танцевальные элементы в квадрате.	Упражнение на доли. Целая, половинная, четверть, восьмые. Разучивание танцевальных элементов, входящих в состав будущего танца.	1
	Общие танцевальные элементы	Разучивание танцевальных элементов, входящих в состав будущего танца.	1
	«Оживший папирус»	На занятии дети, под чутким руководством учителя, создают танец, основанный на ознакомленных элементах.	1
	Танец «Пирамида»	На занятии дети, под чутким руководством учителя, создают танец, основанный на ознакомленных элементах.	1
Греческие танцы (7 часов)	«PeraStous»	Дети знакомятся с танцем, осваивают танцевальные элементы. Разучивают музыкальный материал танца.	1,5
	«Хасапикос Григорос»	Дети знакомятся с танцем, осваивают танцевальные элементы. Разучивают музыкальный материал танца.	1,5
	«Podaraki»	Дети знакомятся с танцем, осваивают танцевальные элементы. Разучивают музыкальный материал танца.	1,5
	«Ikariotikos»	Дети знакомятся с танцем, осваивают танцевальные элементы. Разучивают музыкальный материал танца.	1,5
	«Sirtaki»	Дети знакомятся с танцем, осваивают танцевальные элементы. Разучивают	1

		музыкальный материал танца.	
			<b>Итого</b> 17

<b>6 класс. Средневековые танцы</b>			
<b>Раздел</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Содержание</b>	<b>Кол-во часов</b>
Средневековые танцы	Ритмические упражнения	Ученикам предлагаются разнообразные ритмические упражнения, развивающие умение ориентироваться в музыке со сложным размером, развивающие умение чувствовать сильные, слабые доли и длительности разных размеров. Упражнения, основанные на зеркальности, делении метра на половину. Упражнение на доли. Целая, половинная, четверть, восьмые. Разучивание танцевальных элементов, входящих в состав будущего танца.	2
	«Павана»	Ученики знакомятся с танцем. Получают краткий образный обзор эпохи танца. Культура, традиции, этикет. Знакомятся с нотным материалом танца. Разучивают форму танца, под живое музыкальное сопровождение.	1,5
	«Мальтийский бранль»		1,5
	«Конский бранль»		1,5
	«Бретонский бранль»		1,5
	«Кастарват»		1,5
	«Турдьон»		1,5
	«Падеграс»		1,5
	«Вальс»		1,5
	«Полонез»		2
Открытый урок	Выступление школьников, с показом выученного материала.		1
			<b>Итого</b> 17

## **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

### **Учебная литература**

1. Захаров В. М. Танцы народов мира. – М., 2001.
2. Ткаченко Т. Народный танец. М. 1967
3. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец. М. 1987
4. Захаров Р. Сочинение танца. М. Искусство, 1989
5. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000 – 270с.
6. Бондаренко Л.А. Ритмика и танец. – Киев.: Муз. Украина, 1989 – 232с.
7. Бондаренко А.А. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев : Муз. Украина, 1989 – 220с.
8. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М.: Изд-во МГИК, 1994г.
9. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М.: 1954г.

### **Техническое обеспечение**

Музыкальные инструменты.