



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Республики Тыва
Управление образования администрации городского округа г. Ак-Довурак
МБОУ СОШ №3 г. Ак-Довурака

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО

Хомушку Ч.Э
протокол №1
от «28» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора
по УВР 
Сарыглар Ч.Б
протокол №4
от «25» августа 2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Национальные игры и танцы народов России»
для 5-7 классов основного общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Иргит Кара-Кат Хунан-ооловна
Учитель ритмики

Ак-Довурак 2023

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности по общекультурной направленности «Национальные игры и танцы народов России» для 5-7 классов создана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего и общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373;

2. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – общеобразовательным программам основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1015;

3. Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ НОО, ООО, СОО, утвержденного приказом № Министерства образования и науки РФ №632 от 22.11.2019 г;

4. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 с изменениями от 29 июня 2011 года; 25 декабря 2013 года; 24 ноября 2015 года

5. Санитарно -эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19), утвержденного постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16.

6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;

7. Приказа Министерства образования Республики Тыва от 4 марта 2022г. №159-д «О ведении обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального и основного общего образования в Республике Тыва».

8. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Национальные игры и танцы народов России» для учащихся 5-7 классов разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации внеурочной деятельности обучающихся (М., Просвещение, 2014 г.)

9. Приказа школы от 26.08.2023 №193/1 «Об утверждении учебных планов на 2023-2024 учебный год»;

Цель программы— способствовать воспитанию национального самосознания в области образования на основе возрождения традиционной и развития современной игровой культуры, духовному совершенствованию физически здоровой личности учащегося средней и старшей школы, расширению его историко-культурного кругозора.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных задач:

- ✓ приобретение знаний в национальных играх, о традициях, истории и народные танцы народов России;
- ✓ обучение разнообразным правилам национальных игр и основные движение в танце;
- ✓ прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены;
- ✓ развитие физических качеств: силы, быстроты, гибкости, выносливости, ловкости;
- ✓ гармоническое развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- ✓ повышение физической и умственной работоспособности школьника;
- ✓ формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за свое здоровье;
- ✓ привить учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам танцевальной и игровой деятельности;
- ✓ воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и танцевальной деятельности.

Место учебного предмета в учебном плане

Данная программа ориентирована на детей 5-7 классов МБОУ СОШ №3 г. Ак-Довурака средней общеобразовательной школы. 35 часа из расчёта 1 занятие в неделю.

Народные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку находчивость, волю, стремление к победе.

Национальные игры и танцы народов, являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине; ее культуре и наследию.

По содержанию все мордовские народные игры классически лаконичны, выразительны и доступны детям.

Данная программа построена на изучении танцев и игр различных народностей.

Потребность в такой программе очень большая. В отличие от существующих программ по хореографии, в которых главное внимание уделяется технике движения, создание образа сопровождается высоко техничной исполненной композицией, в данной программе на первое место ставится именно образная, духовная сторона народного танца. Целью данной программы является не танец, а ребёнок, в котором формируется система ценностей, основанная на традиционной культуре

Методы работы:

- Объяснительно – иллюстративный (показ элементов, объяснение, использование фольклора).
- Репродуктивный (разучивание, закрепление материала).
- Исследовательский (самостоятельное исполнение, оценка, самооценка).
- Метод побуждения к сопереживанию (эмоциональная отзывчивость на прекрасное).
- Метод поисковых ситуаций (побуждение детей к творческой и практической деятельности).

В работе с коллективом использую ТСО (технические средства обучения). (музыкальный центр, ноутбук, видеокамеру)

Ожидаемый результат:

- танцевать индивидуально и в коллективе, соблюдая ритм, темп и музыкальные фразы;
- уметь воспринимать и передавать в движении образ;
- уметь импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные композиции .
- понимать и чувствовать ответственность за правильное исполнение в коллективе.

Игра как средство воспитания.

Развитие национальных игр народов в воспитательных целях связано с образом жизни людей. В играх отражаются особенности психического склада народностей, идеология, воспитание, уровень культуры и достижения науки.

Оздоровительное значение игр.

Правильно организованные национальные подвижные игры должны оказывать благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы. На формирование правильной осанки детей и подростков. Большое значение приобретают подвижные игры, вовлекающие в разнообразную, преимущественно динамическую, работу различные крупные и мелкие мышцы тела.

2. Роль и место данного курса

Национальные игры и танцы — естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Народные игры и танцы являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Передовые представители культуры: К.Д. Ушинский, Е.А. Покровский, Д.А. Колодца, Г.А. Виноградов и др., заботясь о просвещении, образовании и воспитании детей, призывали повсеместно собирать и описывать народные игры и танцы, чтобы донести до потомков народный колорит обычаев, оригинальность самовыражения своего народа, своеобразие языка.

Национальные игры и танцы являются неотъемлемой частью художественного и физического воспитания школьников. Радость движения сочетается с духовным обогащением детей. У них формируется устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создается эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств.

Алгоритм работы с играми:

1. Знакомство с содержанием игры.
2. Объяснение содержания игры.
3. Объяснение правил игры.
4. Разучивание игр.
5. Проведение игр.

Алгоритм работы с танцами:

1. Знакомство с содержанием танца
2. Объяснение и показание танца
3. Объяснение правильное исполнение движение
4. Разучивание танца

Безусловно, содержание обучения должно максимально предусматривать физическое, трудовое, нравственное, эмоциональное и эстетическое воспитание учащихся средних и старших классов.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся средней школы и программа для школьников, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности.

Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при современных усилиях школы и семьи.

Поскольку у педагогов и психологов в последние годы вызывают опасения материалы, свидетельствующие о неблагополучии физического и психического здоровья школьников, основная задача обучения детей состоит в физическом и интеллектуальном развитии учащихся при таких условиях, когда обучение должно стать естественной формой выражения детской жизни.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. В «Игры народов России» вошли: народные игры, распространенные в России в последнее столетие, интеллектуальные игры, игры на развитие психических процессов, таких как: внимание, память, мышление, восприятие и т.д. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Игры издавна служили средством самопознания, здесь проявляли свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Народный танец - это танец, созданный этносом и распространенный в быту, обладающий национальными особенностями, проявляющимися в характере, координации движений, музыкально-ритмической и метрической структуре, манере его исполнения.

Разностороннее изучение народного танца необходимо по многим причинам. Во-первых, изучение танца, который сопровождает обряды, дает возможность судить о социальных отношениях, эстетическом уровне этноса;

Во-вторых, в танцевальном искусстве отражаются различные стороны воззрений;

В-третьих, костюмы, предметы, используемые в танце музыкальные инструменты служат источником для изучения материальной и духовной культуры;

В-четвертых, народное танцевальное искусство помогает лучше понять этнические процессы, связи с соседними народами и т. д. Таким образом, можно констатировать: изучение стратиграфии танцевального языка этноса - это ценный источник для историков и этнографов, искусствоведов и хореографов, так как в культуре каждой, даже самой малочисленной народности, в большей или меньшей степени присутствует танцевальное искусство. Танец являлся спутником человеческого общества на протяжении многовекового его развития, представляясь древнейшей формой социальных отношений. С помощью танца из поколения в поколение передавались

определенные знания, опыт, приобретались трудовые и воинские навыки, совершенствовались и закалялось тело, с помощью танца лечили и отдыхали.

3. Особенности программы

Предлагаемая учебная программа по внеурочной деятельности знакомит учащихся с национальными играми и народным танцем, в которых отражаются национальный аспект, истоки самобытности культура народов. Процесс формирования первичных умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей, ведь детские подвижные игры несут огромную, и может быть самую важную роль в физическом развитии ребенка.

Прогнозируемые результаты применения программы направлены:

на формирование первичных обще учебных умений и навыков у учащихся. Игры и танцы развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы и законы физики. Они разнообразны, развлекательны и эмоциональны. Помимо того, тувинские народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными игровыми, танцевальными традициями и культурой.

4. Универсальные учебные действия

Универсальными компетенциями учащихся по внеурочной деятельности «Национальные игры и танцы Народов России» являются:

- ✓ умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- ✓ умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- ✓ умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания курса являются следующие умения:

- ✓ активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ✓ проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- ✓ проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- ✓ оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы по курсу «национальные игры и танцы народов России» являются следующие умения:

- ✓ характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- ✓ находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- ✓ общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- ✓ обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий внеурочной деятельности;
- ✓ организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- ✓ планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- ✓ анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- ✓ видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- ✓ оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- ✓ управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы по курсу «Национальные игры и танцы народов России» являются следующие умения:

- ✓ представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- ✓ оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- ✓ организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и танцы и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- ✓ бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- ✓ организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- ✓ взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- ✓ в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- ✓ находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- ✓ выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- ✓ применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

5. Ожидаемые результаты курса:

1. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным

привычкам и отрицательного воздействия окружающей среды, желание и умение вести здоровый образ жизни.

2. Включение в образовательный процесс здоровые сберегающих технологий.
3. Снижение заболеваемости школьников.
4. Снижение психоэмоциональных расстройств.
5. Повышение уровня физической подготовки школьников.
6. Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
7. Снижение последствий умственной нагрузки.
8. Повышение социально-психологической комфортности в детском коллективе.

6. Календарно-тематический план

5 класс

Дата	Факт	№ урока	Тема занятия	Количество часов
		1	Вводное занятие. Техника безопасности	1
		2	«Национальные игры»	1
		3	Национальные игры народов России и их значение в быту.	1
		4	Виды национальных игр.	1
II раздел «Игры»				
		5	Общие подвижные символические игры	1
		6	Игры для формирования правильной осанки	1
		7	Игры со скакалками	1
		8	Подвижная игра «Мышеловка»	1
		9	Подвижные игры тувинцев	1
		10	Разучивание игры «Чинчи чажылары» (найти бусинку)	1
		11	Игра «Чинчи чажылары» (найти бусинку)	1
		12	Разучивание игры «Аскак-Кадай»	1
		13	Игра «Аскак-Кадай»	1

		14	Русские народные игры	1
		15	Русская народная игра «Пятнашки»	1
		16	«Гуси-лебеди»	1
		17	«Перебижки»	1
III раздел «Национальные танцы»				
		18	Национальные танцы.	1
		19	Вариации народного танца	1
		20	История танцев разных народов	1
		21	Тувинские национальные танцы и их костюмы.	1
		22	«Девиг» (танец орла) положение рук	1
		23	Танец «Девиг» (танец орла) положение ног	1
		24	Основной ход, шаг танца	1
		25	Приветственный танец положение рук.	1
		26	Основной рисунок танца	1
		27	Техника исполнения танцевальных элементов	1
		28	Ритмические упражнения	1
		29	Русские национальные танцы и их костюмы.	1
		30	Русский народный танец «Коляда»	1
		31	Постановка танца: «Коляда»	1
		32	Постановка танца: «Коляда»	1
		33	Основной рисунок танца	1
		34	Отработка всего танца	1
		35	Урок-смотр знаний	

7. Календарно-тематический план

6 класс

Дата	Факт	№ урока	Тема занятия	Количество часов
		1	Вводное занятие. Техника безопасности	1
		2	«Национальные игры»	1
		3	Национальные игры народов России и их значение в быту.	1
		4	Виды национальных игр.	1
II раздел «Игры»				
		5	Общие подвижные символические игры	1
		6	Русские народные игры.	1
		7	Игра: «Ведьмина метелка»	1
		8	«Петушиный бой». Правила игры.	1
		9	Игра: «Перетяни веревку»	1
		10	Тувинские национальные игры.	1
		11	Разучивание игры «Чинчи чажылары» (найти бусинку)	1
		12	Разучивание игры «Аскак-Кадай»	1
		13	Игра «Аскак-Кадай»	1

		14	Разучивание игры: «Кажык» (Почекушки)	1
		15	Игра: «Кажык»	1
		16	Игра: «Кажык»	1
		17	Повторение	1
III раздел «Национальные танцы»				
		18	Национальные танцы.	1
		19	Вариации народного танца	1
		20	История танцев разных народов	1
		21	Тувинские национальные танцы и их костюмы.	1
		22	Разучивание танца: «Хомус».	1
		23	Тувинский танец: «Хомус»	1
		24	Основные движение танца.	1
		25	Приветственный танец положение рук.	1
		26	Основной рисунок танца	1
		27	Техника исполнения танцевальных элементов	1
		28	Ритмические упражнения	1
		29	Русские национальные танцы и их костюмы.	1
		30	Русский народный танец «Коляда»	1
		31	Постановка танца: «Коляда»	1
		32	Постановка танца: «Коляда»	1
		33	Основной рисунок танца	1
		34	Отработка всего танца	1
		35	Урок-смотр знаний	

8. Календарно-тематический план

7 класс

Дата	Факт	№ урока	Тема занятия	Количество часов
		1	Вводное занятие. Техника безопасности	1
		2	«Национальные игры»	1
		3	Национальные игры народов России и их значение в быту.	1
		4	Виды национальных игр.	1
II раздел «Игры»				
		5	Общие подвижные символические игры. народные игры, и их значение.	1
		6	Игры для формирования правильной осанки	1
		7	Русские народные игры.	1
		8	Разучивание игр: «Мы веселые ребята»	1
		9	Игра: «Мы веселые ребята»	1
		10	Разучивание игры: «Земля, вода, небо»	1
		11	Игра: «Земля, вода, небо»	1
		12	Разучивание игры: «Испорченный телефончик»	1
		13	Игра «Испорченный телефончик»	1
		14	Тувинские народные игры, и их	1

			особенности.	
		15	Разучивание игры: «Чинчи чажылары»	1
		16	Игра: «Чинчи чажылары»	1
		17	Повторение	1
III раздел «Национальные танцы»				
		18	Национальные танцы.	1
		19	Вариации народного танца	1
		20	История танцев разных народов	1
		21	Тувинские национальные танцы и их костюмы.	1
		22	Элементы тувинского танца. «Девиг»	1
		23	Танец «Девиг» (танец орла) положение ног	1
		24	Основной ход, шаг танца	1
		25	Приветственный танец положение рук.	1
		26	Основной рисунок танца	1
		27	Техника исполнения танцевальных элементов	1
		28	Ритмические упражнения	1
		29	Русские национальные танцы и их костюмы.	1
		30	Русская плясовая.	1
		31	Русская плясовая	1
		32	Отработка танца	1
		33	Русский танец: «Полька»	1
		34	«Полька». Основные ходы, движения танца	1
		35	Урок-смотр знаний	

9. Литература

1. Салчак К. Б. Преемственность тувинских народных традиций воспитания и современной педагогической культуры тувинцев. Этнопедагогика тувинского народа / Г. Н. Волков, К. Б. Салчак, А. С. Шаллы. – Кызыл : Изд.-полиграф. отдел «Билиг», 2019. – С. 76. 88.
- 2.. Аранчын, Ю.Л. Исторический путь тувинского народа к социализму / Ю.Л. Аранчын. – Новосибирск: Наука, 2017. – 339 с.
3. . Арутюнов, А.С. Народы и культуры: развитие и взаимодействие /
4. Брюхова, Ю.П. Народная игра как средство формирования ценностных ориентаций личности ребенка младшего школьного возраста: автореф. дис. пед.наук: 13.00.01 / Брюхова Юлия Павловна. - Москва, 2016
- 5.. Буксикова, О.Б. Традиционные игры бурят в конце XIX-XX вв. и опыт. их трансформации в национальной хореографии / О.Б. Буксикова. – УланУдэ: Изд.-полигр. комплекс ВСГАКИ, 2013.
6. Буксикова, О.Б. Традиционные игры и танцы в хореографическом искусстве народов Восточной Сибири: семантика и интерпретация / О.Б.
7. Дыртык-оол, М. Психологические особенности детских игр: на примере сайзанак // Башкы. – 2018. – №1. – С. 91-92. представления и обряды народов Сибири в XIX начале XX в. – Ленинград, 2020
8. Русские народные игры и их варианты- сборник- М.Ф Литвинова, 2019.