

муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Дом творчества Красноперекопского района»

|                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Рассмотрено»</b><br/>на заседании педагогического совета<br/>МОУ ДО Дома творчества<br/>Протокол № <u>9</u><br/>от «31» мая 2023 г.</p> | <p><b>«Утверждаю»</b><br/>Директор<br/>МОУ ДО Дома творчества<br/>Л.Д. Зиновьева</p> <p><i>DS</i></p>  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**Дополнительная  
общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Народный танец»**  
*возраст обучающихся: 11-17 лет  
срок реализации: 5 лет (720  
часов)*

**Составитель:**  
педагог дополнительного образования  
Е.А. Полякова

Ярославль, 2023

## Оглавление

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка .....                  | 3  |
| 2. Учебно-тематический план.....                | 11 |
| 3. Календарный учебный график .....             | 13 |
| 4. Содержание программы .....                   | 14 |
| 5. Условия реализации.....                      | 30 |
| 6. Мониторинг образовательных результатов ..... | 33 |
| 7. Список литературы.....                       | 34 |
| 8. Приложения.....                              | 35 |

## 1. Пояснительная записка

### Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ « Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2030 года, утвержденный распоряжением правительства РФ от 31.03. 2022 г. № 678 – Р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648 – 20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ департамента образования ЯО от 07.08.2018 № 19 – нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей ЯО»;
- Устав образовательной организации.

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально-организованное движение. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Программа дисциплины «Народный танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Дисциплина «Народный танец» направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

«Народный танец» имеет художественную направленность. и изучается в течение 5 лет.

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе русского танца. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народным танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

### Направленность программы

Программа «Народный танец» имеет художественную направленность.

Программа направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии;

- развитие и поддержку учащихся, проявивших интерес и определенные способности к художественному творчеству.

### **Новизна**

Очевидно, что хореографическая деятельность учит детей быть творческими личностями, способными к восприятию новизны, умению импровизировать, учит не бояться выступлений на сцене и показывать себя. Развитие коммуникативной компетенции позволяет обучающимся представлять и отстаивать свою точку зрения, выработать уважительное отношение к ценностям других людей и сообществ. Новизна данной программы заключается не только в приобретении необходимых знаний, умений и навыков, хореография помогает формировать нравственные и волевые качества, программа призвана помочь осознать свою индивидуальность, неповторимость, научиться видеть красоту вокруг себя и в себе, активно и позитивно участвовать в преобразовании окружающего мира.

### **Актуальность программы**

Данная дополнительная общеобразовательная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения;
- удовлетворению индивидуальных потребностей учащихся в художественно-эстетическом, нравственном развитии.
- формированию и развитию творческих способностей учащихся, выявлению, развитию и поддержке талантливых учащихся;
- обеспечению духовно-нравственного, гражданского, патриотического, трудового воспитания учащихся;
- формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья учащихся.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей (законных представителей несовершеннолетних учащихся): формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству.

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает учащимся понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

### **Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у учащихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность, а также пробуждение в учащихся стремления к прекрасному, интереса к музыкальному и танцевальному творчеству; приобщение к физической культуре и здоровому образу жизни; усиление эмоциональной отзывчивости и творческой активности; знакомство с танцевальной культурой, развитие образного мышления и воображения.

### **Цель и задачи программы**

Цель программы: создание условий для формирования творческой, инициативной и целеустремленной личности в процессе обучения искусству хореографии и освоения учащимися основ здорового образа жизни.

### **Задачи программы:**

#### **1 год обучения**

##### **Обучающие:**

- обучать основам хореографии, ее пластически-образной природе, стилевому многообразию, её взаимосвязи с другими видами искусства;
- обучать простейшим элементам и движению народного танца у станка и на середине зала;
- обучать элементарным навыкам танцевальной координации движений.

##### **Развивающие:**

- развивать у учащихся выразительность исполнения и формировать художественно-образное восприятие и мышление;
- развивать у учащихся первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.

##### **Воспитательные:**

- воспитывать уважение к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
- способствовать развитию в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
- формировать у учащихся потребность в регулярных занятиях по хореографии.

### **Задачи программы:**

#### **2 год обучения**

##### **Обучающие:**

- обучать практическим умениям и навыкам в различных видах музыкальной творческой, танцевальной и исполнительской деятельности;
- обучать несложным танцевальным связкам или этюдам.

Развивающие:

- развивать нравственно-эстетические, духовные и физические качества личности;
- развивать элементарные навыки в танцевальной координации движений.

Воспитательные:

- воспитывать культуру общения учащихся;
- воспитать у учащихся интерес к хореографическому искусству.

**Задачи программы:**

**3 год обучения**

Обучающие:

- обучать навыкам выразительного исполнения движений.

Развивающие:

- развивать личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии.

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- формировать у учащихся высокий уровень духовно-нравственного развития, чувство причастности к историко-культурной общности русского народа и судьбе России.

**Задачи программы:**

**4 год обучения**

Обучающие:

- обучать более сложным танцевальным комбинациям с широким использованием ракурсов.

Развивающие:

- развивать психофизические качества, способствующие успешной самореализации.
- развивать силы и выносливость учащихся;
- развивать навык коллективного исполнения.

Воспитательные:

- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержку, дисциплинированность;
- воспитывать бережное отношение к хореографическому наследию в связи с началом изучения народных и областных особенностей Русского танца.

**Задачи программы:**

**5 год обучения**

Обучающие:

- обучать сложным танцевальным комбинациям, этюдам.

Развивающие:

- развивать совершенствование исполнительского мастерства;
- развивать артистический облик учащегося;

- развивать навыки осознанного освоения элементов народного танца;
- развивать физиологические качества, как свободу движений, гибкость, устойчивость и довести все до автоматизма.

Воспитательные:

- воспитывать культуру здорового образа жизни;
- способствовать приобщению подрастающего поколения к ценностям мировой культуры и искусства;
- воспитывать чувство удовольствия от выполнения работы.

**Ожидаемые результаты:**

В результате успешного освоения программы после **1 года** обучения учащиеся будут знать:

- названия танцевальных па и правила исполнения;
- организацию учебного сотрудничества и совместной деятельности с педагогом и сверстниками.

будут уметь:

- исполнять элементы и движения в характере народного танца;
- объективно оценивать вклад своей познавательно-трудовой деятельности в решение общих задач коллектива;
- усваивать материал, повторять.

будут владеть:

- простыми элементами и движениями народного танца;
- практическими умениями по программе, стремление к развитию.

В результате успешного освоения программы после **2 года** обучения учащиеся будут знать:

- правила исполнения экзерсиса и тренировочных упражнений.

будут уметь:

- выполнять элементы и танцевальные комбинации;
- усваивать материал и повторять, исполнять вместе с участниками.

будут владеть:

- исполнением танцевальных постановочных работ;
- уверенностью в исполнении движений;
- стремлением к развитию;
- элементами организации умственного и физического труда.

В результате успешного освоения программы после **3 года** обучения учащиеся будут знать:

- исполнение движений, основные ходы, положение рук, характер и названия постановочных музыкальных произведений.

будут уметь:

- выполнять упражнения и танцевальные движения, составлять композицию из танцевальных движений по заданию;
- стремиться узнавать новое и показывать свои способности;
- выполнять движения народного танца самостоятельно;
- акцентировать внимание на социальных отношениях в сюжетно-ролевых играх.

будут владеть:

- основными танцевальными ходами и техникой выполнения движений;

- техническими навыками.

В результате успешного освоения программы после **4 года** обучения учащиеся будут знать:

- исторические основы танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- как общаться в коллективе, соблюдая уважительное отношение между детьми.

будут уметь:

- показать, рассказать и исполнить движения в танцевальных этюдах;
- исполнять танцевальный этюд, поставленный педагогом.

будут владеть:

- техникой исполнения программных движений как в экзерсисах, так и в танцевальной практике;
- желанием учиться для удовлетворения перспективных потребностей.

В результате успешного освоения программы после **5 года** обучения учащиеся будут знать:

- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- элементы танцев разных народностей;
- рисунки народного танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;
- элементы основных комбинаций народного танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций.

будут уметь:

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;
- предельно достоверно и образно передавать национальный характер, используя артистические и эмоциональные приемы и навыки в парных танцах, сольных партиях, в массовых (построенных на рисунках) этюдах;
- используя технически сложные движения народно танца, не теряя артистического исполнения, достоверно и грамотно передавать национальный колорит изучаемого хореографического материала;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народного танца;
- понимать и исполнять указания преподавателя;
- запоминать и воспроизводить «текст» народных танцев.

будут владеть:

- элементами у станка, требующих не только координации движений, но и силовой нагрузки;
- навыками работы в группе, культурой общения;
- творческими способностями: артистизмом, фантазией, способностью к импровизации.

**Обоснование структуры программы**



Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение дисциплины;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц дисциплины;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

### **Возрастные особенности обучающихся 11-17 лет (с учетом танцевального направления)**

Традиционно в отечественной психологии выделяют подростковый (11-14) и ранний юношеский (15-17). Каждый из них характеризуется ведущей для данного возраста деятельностью, психическими новообразованиями и кризисами, возникающими на границах этих периодов. «Календарное» ограничение данных возрастных периодов носит условный характер и варьируется в зависимости от социально-исторических условий и личности обучающегося.

*Подростковый и юношеский* возраст иногда объединяют в отроческий период (11-17 лет). Тем самым подчёркивается, что формирующееся у подростка (11-14 лет) в качестве мотива (желаемого) – у юноши (15-17 лет) становится задачей, предназначенной к выполнению. Подросток желает самостоятельности и самоопределённости в социуме, а юноша учится добиваться желаемого. Именно в этом возрасте обучающиеся ориентируются на «авторитетного», успешного, по их мнению, взрослого. Поэтому на современную картину психологического становления подростков оказывает сильное влияние коммерциализация общества. И в этом смысле к педагогу предъявляются весьма высокие требования: ему необходимо не только быть сильной, творческой и самобытной личностью, но и уметь научить подростка добиваться высоких личных результатов. Педагог становится проводником на пути реальных успехов и достижений подростка, помогает воспринимать и реализовывать иные варианты успешной социализации посредством овладения музыкальным и хореографическим искусством.

На основе возрастающей самооценки и самоуважения у подростка уже к 12-13 годам должно сформироваться позитивное самоосознание («образ Я»), пока ещё носящее несколько умозрительный характер. Исследования последних лет показывают целесообразность выделения различных модальностей «образа Я» подростка: «телесное Я», «эмоциональное Я», «интеллектуальное Я», «ценностно-духовное Я» (Хаяйнен Е.В, 2005). Формирование позитивного телесного образа на занятиях хореографией благотворно влияет на гармоничное развитие личности.

Проблема становления коммуникативных компетенций обучающихся тесно связана с процессами «кризиса 11 лет», который складывается из противоречия между групповым (семья, класс) способом деятельности, присущим детству, и возрастающей способностью подростка к самостоятельному суждению. Общение, как ведущая деятельность этого периода, выполняет противоречивую функцию. Вначале подросток уходит в какую-либо социальную группу «из семьи», но лишь затем, чтобы и эту группу перерастить. Формирование конструктивного баланса между группой и индивидуумом – не легкая для отроческого возраста задача. Общение на основе реальных индивидуальных достижений (и победа над самим собой, и победа на конкурсе) составляют хорошую альтернативу неконструктивным формам коммуникативного поведения, спектр которых широк: от безоговорочной капитуляции перед нравами группы до «бегства» в виртуальный мир. Коммуникативным потенциалом обладают и культурно-массовые мероприятия.

### **Форма проведения учебных аудиторных занятий:**

Мелкогрупповые занятия, численность группы от 6 до 12 человек, с индивидуальным подходом к каждому учащемуся. Мелкогрупповая форма позволяет педагогу лучше узнать обучающегося, его возможности, эмоционально–психологические особенности, трудоспособность. Практические занятия являются наиболее приемлемой формой обучения. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть. Основное место отводится практической репетиционной работе.

Танцевальные произведения из репертуарного плана могут меняться в зависимости от контингента обучающихся, их способностей, интересов, творческого видения педагога и детей.

### **Срок реализации учебного предмета**

Срок освоения дисциплины «Народный танец» составляет 5 лет, по 144 учебных часа в год (2 занятия в неделю по 2 часа (1 академический час - 45 минут).

## 2. Учебно-тематический план

1 год обучения 144 часа

| №<br>п/п         | Название раздела, темы                        | Количество часов |            |
|------------------|-----------------------------------------------|------------------|------------|
|                  |                                               | Теория           | Практика   |
| 1                | Вводное занятие                               | 2                | 6          |
| 2                | Экзерсис у станка                             | 4                | 22         |
| 3                | Экзерсис на середине зала                     | 4                | 14         |
| 4                | Элементы русского народного танца             | 4                | 16         |
| 5                | Этюд в характере русского народного танца     | 4                | 20         |
| 6                | Элементы белорусского народного танца         | 4                | 16         |
| 7                | Этюд в характере белорусского народного танца | 4                | 20         |
| 8                | Контрольное занятие                           | 2                | 2          |
| <b>Итого 144</b> |                                               | <b>28</b>        | <b>116</b> |

2 год обучения 144 часа

| №<br>п/п        | Название раздела, темы                        | Количество часов |            |
|-----------------|-----------------------------------------------|------------------|------------|
|                 |                                               | Теория           | Практика   |
| 1               | Вводное занятие                               | 2                | 6          |
| 2               | Экзерсис у станка                             | 4                | 22         |
| 3               | Экзерсис на середине зала                     | 4                | 14         |
| 4               | Элементы русского народного танца             | 4                | 16         |
| 5               | Этюд в характере русского народного танца     | 4                | 20         |
| 6               | Элементы итальянского народного танца         | 4                | 16         |
| 7               | Этюд в характере итальянского народного танца | 4                | 20         |
| 8               | Контрольное занятие                           | 2                | 2          |
| <b>Итого144</b> |                                               | <b>28</b>        | <b>116</b> |

3 год обучения 144 часа

| №<br>п/п         | Название раздела, темы                       | Количество часов |            |
|------------------|----------------------------------------------|------------------|------------|
|                  |                                              | Теория           | Практика   |
| 1                | Вводное занятие                              | 2                | 6          |
| 2                | Экзерсис у станка                            | 4                | 22         |
| 3                | Экзерсис на середине зала                    | 4                | 12         |
| 4                | Элементы русского народного танца            | 4                | 16         |
| 5                | Этюд в характере русского народного танца    | 4                | 21         |
| 6                | Элементы молдавского народного танца         | 4                | 16         |
| 7                | Этюд в характере молдавского народного танца | 4                | 21         |
| 8                | Контрольное занятие                          | 2                | 2          |
| <b>Итого 144</b> |                                              | <b>28</b>        | <b>116</b> |

**4 год обучения 144 часа**

| №<br>п/п | Название раздела, темы                         | Количество часов |            |
|----------|------------------------------------------------|------------------|------------|
|          |                                                | Теория           | Практика   |
| 1        | Вводное занятие                                | 2                | 2          |
| 2        | Экзерсис у станка                              | 2                | 14         |
| 3        | Экзерсис на середине зала                      | 2                | 10         |
| 4        | Элементы русского народного танца              | 4                | 14         |
| 5        | Областные особенности русского народного танца | 4                | 16         |
| 6        | Элементы венгерского народного танца           | 4                | 12         |
| 7        | Этюд в характере венгерского народного танца   | 4                | 14         |
| 8        | Элементы польского народного танца             | 4                | 12         |
| 9        | Этюд в характере польского народного танца     | 4                | 14         |
| 10       | Контрольное занятие                            | 2                | 4          |
|          | <b>Итого 144</b>                               | <b>32</b>        | <b>112</b> |

**5 год обучения 144 часа**

| №<br>п/п | Название раздела, темы                                        | Количество часов |            |
|----------|---------------------------------------------------------------|------------------|------------|
|          |                                                               | Теория           | Практика   |
| 1        | Вводное занятие                                               | 2                | 2          |
| 2        | Экзерсис у станка                                             | 2                | 18         |
| 3        | Областные особенности русского народного танца                | 4                | 24         |
| 4        | Элементы венгерского народного танца                          | 4                | 14         |
| 5        | Этюд в характере венгерского народного танца                  | 4                | 20         |
| 6        | Элементы испанского народного танца «Арагонская хота»         | 4                | 14         |
| 7        | Этюд в характере испанского народного танца «Арагонская хота» | 4                | 20         |
| 8        | Контрольное занятие                                           | 2                | 2          |
| 9        | Итоговая аттестация                                           | 2                | 2          |
|          | <b>Итого 144</b>                                              | <b>28</b>        | <b>116</b> |

**3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  
**Народный танец**

| Год обучения   | сентябрь |   |   |   |   | октябрь |   |   |   |    | ноябрь |    |    |    |    | декабрь |    |    |    |    | январь |    |    |    |    | февраль |    |    |    |    | март |    |    |    |    | апрель |    |    |    |    | май |    |    |    |    | июнь |    |    |    |    | июль |    |   |   |   | август |  |  |  |  | Всего часов |  |  |  |  |     |
|----------------|----------|---|---|---|---|---------|---|---|---|----|--------|----|----|----|----|---------|----|----|----|----|--------|----|----|----|----|---------|----|----|----|----|------|----|----|----|----|--------|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|------|----|---|---|---|--------|--|--|--|--|-------------|--|--|--|--|-----|
|                | 1        | 2 | 3 | 4 | 5 | 6       | 7 | 8 | 9 | 10 | 11     | 12 | 13 | 14 | 15 | 16      | 17 | 18 | 19 | 20 | 21     | 22 | 23 | 24 | 25 | 26      | 27 | 28 | 29 | 30 | 31   | 32 | 33 | 34 | 35 | 36     | 37 | 38 | 39 | 40 | 41  | 42 | 43 | 44 | 45 | 46   | 47 | 48 | 49 | 50 | 51   | 52 |   |   |   |        |  |  |  |  |             |  |  |  |  |     |
| 1 год обучения | 4        | 4 | 4 | 4 | 4 | 4       | 4 | 4 | 4 | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 2  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4 | 4 | 4 | 2      |  |  |  |  |             |  |  |  |  | 144 |
| 2 год обучения | 4        | 4 | 4 | 4 | 4 | 4       | 4 | 4 | 4 | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 2  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4 | 4 | 4 | 2      |  |  |  |  |             |  |  |  |  | 144 |
| 3 год обучения | 4        | 4 | 4 | 4 | 4 | 4       | 4 | 4 | 4 | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 2  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4 | 4 | 4 | 2      |  |  |  |  |             |  |  |  |  | 144 |
| 4 год обучения | 4        | 4 | 4 | 4 | 4 | 4       | 4 | 4 | 4 | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 2  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4 | 4 | 4 | 2      |  |  |  |  |             |  |  |  |  | 144 |
| 5 год обучения | 4        | 4 | 4 | 4 | 4 | 4       | 4 | 4 | 4 | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 2  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4       | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4      | 4  | 4  | 4  | 4  | 4   | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4  | 4  | 4  | 4    | 4  | 4 | 4 | 4 | 2      |  |  |  |  |             |  |  |  |  | 144 |

Промежуточная аттестация
  Ведение занятий по расписанию

Каникулярный период
  Проведение занятий не предусмотрено расписанием

## 4. Содержание программы

### *Первый год обучения*

#### 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

##### Теория:

Введение в предмет «Народный танец». Понятие. Коллективы народного танца. Просмотр видеозаписей.

Разновидности танцевального искусства. Техника безопасности по темам: «Правила поведения», «Правила поведения в танцевальном классе», «Аварийная ситуация», «Правила ПДД».

##### Практика:

Выполнение поклона в русском характере, упражнения на построения и перестроения:

- в линии;
- по кругу.

#### 2. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения материала – за одну руку. Экзерсис у станка, исполняется в характере русского народного танца.

##### Теория:

Понятие «народный экзерсис» - у станка. Отличие от экзерсиса в классическом танце. Значение экзерсиса на уроке народного танца. Последовательность экзерсиса. Методика исполнения элементов экзерсиса (объяснение).

##### Практика:

Упражнения, входящие в «народный экзерсис». Манера исполнения народного танца. Воспитание волевых качеств и трудолюбия.

1. Plie (demi, grand) – по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции
2. Battement tendu – из V позиции перевод с «носок-каблук».
3. Battement tendu jete – на plie.
4. Подготовка к «веревочке» – скольжение работающей ноги по опорной.
5. Подготовка к «каблучному» – маленькое «каблучное».
6. Подготовка к Flic- flac – из VI позиции: с переступаниями, с ударами.
7. Дробные выстукивания – выстукивания всей стопой по полу
8. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе.
9. Releve lent – на 90° с сокращением стопы.
10. Grand battement jete – в соответствии с изучением на уроке классического танца.

#### 3. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Четыре основных позиции: 1-я, 2-я, 3-я, - аналогично трём позициям классического танца. 4-я позиция – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии: большой палец сзади, остальные собраны вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонями к корпусу.

– Port de bras (переводы рук из позиции в позицию с фиксацией каждой позиции и слитно);

– Комбинированное port de bras.

##### Теория:

Значение preparation на уроке народном танца (концентрация внимания на выполнение упражнения, передаёт характер).

### Практика:

Подготовка к началу движения заключается в движении руки или рук, которое выполняется на музыкальное вступление, идущее в темпе и характере данного музыкального сопровождения.

При музыкальном размере 2/4 или 6/8 быстрого темпа подготовка составляет - 2 такта.

При музыкальном размере 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.

– Preparation м. р. 2/4 или 6/8 быстрого темпа - 2 такта;

– Preparation м. р. 4/4 или 6/8 медленного темпа – 1 такт.

## 4. ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Освоение Русского народного танца происходит в течение всего периода обучения. Русский народный танец должен быть представлен достаточно широко, так как его развитие тесно связано с историей нашего народа, с его бытом и обычаями.

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

Проучить движения русского народного танца:

1. Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позицию); два положения кисти на талии:
  - ладонь;
  - кулачок.
2. Простые переводы рук из позиции в позицию.
3. Поясной и земной русский поклон.
4. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie.
5. «Ковырялочка» из III свободной позиции:
  - в сторону;
  - назад (в повороте на 180<sup>0</sup>).
6. «Припадание» в сторону из III свободной позиции.
7. Подскоки.
8. Русский бег.
9. «Перескоки».
10. «Молоточки».
11. Шаги:
  - простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад;
  - переменный ход в продвижении вперед и назад;
  - со скользящим ударом;
  - с подбивкой на каблук.
12. «Маятник».
  - «Моталочка» по прямой позиции.
  - «Переборы» подушечками стоп.
13. Притопы:
  - одинарные;
  - двойные;
  - ройные.
14. Перетопы с противоходом.
15. Вращения:
  - полный поворот на двух подскоках;
  - «припаданием» на месте.

Материал для мальчиков:

«Хлопушки»

1. Одинарные хлопки и удары – фиксирующие:
  - хлопок перед собой ладонями на уровне груди;
  - хлопок сзади;
  - удар по бедру без подскока и с подскоком;
  - удар по голенищу сапога.
2. Одинарные хлопки удары – скользящие:
  - хлопок перед собой ладонями на уровне груди;
  - хлопок сзади;
  - удар по бедру без подскока и с подскоком;
  - удар по голенищу сапога.
3. Подготовка к присядкам у станка и середине:
  - простые полуприсядки и присядки.
4. Прыжки:
  - с двух ног на две, на одной;
  - с поджатыми ногами вперед и назад;
  - «разножки»;
  - комбинирование прыжков.

## 5. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 6. ЭЛЕМЕНТЫ БЕЛОРУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения учащихся. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью. Характер движений белорусских народных танцев легкий и трамплинный. Наиболее известными танцами в Белоруссии являются «Лявониха», «Крыжачок» и полька.

Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

Практика:

1. Основные положения рук.

2. Позиции ног. Основные положения в паре.

Предлагается изучение танцев: «Бульба», «Крыжачок» и танцев в характере польки (полька «Янка», белорусских полек «Крутуха» и «Трясуха»):

- основной ход танца «Бульба»;
- основной ход танца «Крыжачок»;
- основной ход польки («Янка» «Крутуха», «Трясуха»);



- притопы;
- «перескоки»;
- «припадание» с акцентом у колена опорной ноги;
- галоп;
- вращения на месте и в продвижении (на основе движений танцев «Крутуха» и «Трясуха»).

## 7. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ БЕЛОРУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 8. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

### Теория:

Контрольное задание по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец» один раз в год.

### Практика:

Два раза в год в конце каждого полугодия открытые занятия для родителей с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

## *Второй год обучения*

### 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

#### Теория:

Знакомство с темами программы. Беседа о целях и задачах второго года обучения. Техника безопасности по темам: «Правила поведения», «Правила поведения в танцевальном классе», «Аварийная ситуация», «Правила ПДД».

#### Практика:

Выполнение поклона в русском характере, упражнения на построения и перестроения:

- в линии;
- по кругу;
- по диагонали;
- в колонну.

### 2. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

Элементы экзерсиса формируют основные танцевальные навыки. Каждый элемент создает простейшее и конкретное пластическое положение тела танцующего, включающее характерные для данного и отличительные от других элементов сочетания разных положений частей тела; рук, ног, корпуса и головы. Экзерсис у станка, исполняется в характере русского народного танца.

#### Теория:

Методика исполнения экзерсиса у станка.

### Практика:

1. Demi-plie и grand-plie – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп.
2. Battements tendu – «носок - каблук» с окончанием в plie (каблук).
3. Battements tendu jete – «носок - каблук» с окончанием в plie (каблук).
4. Rond de jambe par terre – подготовка (rond de pied).
5. «Каблучное» – маленькое с 2-м ударом.
6. Battement fondu – на всей стопе на 45°.
7. Подготовка к «веревочке» - разворот бедра в закрытое - открытое положение.
8. Flic-flac – из V позиции в V позицию во всех направлениях с ударом подушечкой стопы и сокращенной стопой на sou-de-pied.
9. Дробные выстукивания – с поворотом стопы в невыворотное положение.
10. Pas tortille – из положения pointe в сторону.
11. Relevelent и battement developpe – с сокращением стопы с окончанием в demi-plie на каблук.
12. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на полупальцах.
13. Grand battement jete – во всех направлениях из V позиции с окончанием в demi-plie на каблук.

## 3. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

### Теория:

Роль позиций и положений рук в народном танце (участие в постановке корпуса, создание характера, образа).

### Практика:

1. Упражнения для пластичности корпуса (port de bras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения выполняются в определённом стиле и характере.
2. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных и сценических танцев.

## 4. ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

### Теория:

Основные движения в русском народном танце. Специфика исполнения движений в русском народном танце. Отличие от исполнения движений в танцах других народов.

### Практика:

Усложняются сочетания ранее пройденных элементов:

1. Боковая «моталочка».
2. «Веревочка» (начала изучаем подготовку к веревочке у станка, далее на середине изучаем в «чистом» виде):
  - простая;
  - двойная;
  - с переступанием;
  - с «косичкой»;
  - с «ковырялочкой»;
  - в повороте (по точкам).
3. Дробные выстукивания с продвижением.
4. Вращения:
  - русский бег в повороте;
  - через sou-de-pied с выносом ноги на каблук в стороны (на 45°- 90°).

Для девочек – работа с платочком: основные положения рук с платочком и переводы из позиции в позицию.

Материал для мальчиков:

### «Хлопушки»

1. Одинарные хлопки и удары – фиксирующие:
  - хлопок перед собой ладонями на уровне груди;
  - хлопок сзади;
  - удар по бедру без подскока и с подскоком;
  - удар по голенищу сапога.
2. Одинарные хлопки удары – скользящие:
  - хлопок перед собой ладонями на уровне груди;
  - хлопок сзади;
  - удар по бедру без подскока и с подскоком;
  - удар по голенищу сапога.

### Подготовка к присядкам у станка и середине

1. Простые полуприсядки и присядки.
2. Прыжки:
  - с двух ног на две, на одной;
  - с поджатыми ногами вперед и назад
  - «разножки»;
  - комбинирование прыжков.

## 5. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 6. ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТАНЦА ТАРАНТЕЛЛА

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

1. Основные положения ног.
2. Основные положения рук. Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).
3. Движения рук с тамбурином.
4. Battements tendu jete вперед:
  - с шага и ударом носком по полу (pique) – с продвижением вперед, назад;
  - удар носком по полу (pique) с подскоком – на месте, с продвижением назад;
  - поочередные удары носком и ребром каблука по полу с подскоками – на месте, с продвижением назад.
5. Jete-pique (на месте и с отходом назад на plie).
6. Jete «носок-каблук» поочередно (с подскоком).
8. Соскоки на полупальцы в V позиции на plie (и на месте и в повороте).

9. Pas echarpe (соскоки на II позицию).
10. Бег – pas emboite – на месте, с продвижением вперед.
11. Основной ход с pas ballone (с фиксацией на sou-de-pied).
12. Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом:
  - на полупальцах по V позиции;
  - на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по V свободной позиции.
13. Pas debasque (тройные перескоки по V прямой позиции с согнутыми вперед коленями на 90<sup>0</sup> (на месте и в продвижении вперед, назад, с поворотом).
14. Проскальзывание назад на одной ноге на demi - plie с выведением другой ноги вперед на носок (на месте, с продвижением назад).

## 7. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ ИТАЛЬЯНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 8. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

### Теория:

Контрольное задание по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец» один раз в год.

### Практика:

Два раза в год в конце каждого полугодия открытые занятия для родителей с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

### *Третий год обучения*

#### 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

### Теория:

Беседа о разнообразии видов, форм и жанров народного танца.

Беседа о том, как провели летние каникулы. Знакомство воспитанников с целями и задачами 3-го года обучения. Техника безопасности по темам: «Правила поведения в танцевальном классе», «Аварийная ситуация», «Правила ПДД».

### Практика:

Выполнение поклона в русском характере, упражнения на построения и перестроения.

#### 2. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

### Теория:

Методика исполнения экзерсиса у станка. Экзерсис у станка, выполняется в характере русского народного танца. Координация в экзерсисе народно-сценического танца (повороты головы при выполнении элементов вперед, сторону, назад), значение.

### Практика:

1. Plie – добавляется резкое demi-plie.
2. Battement tendu:

- с работой опорной пятки;
  - с passe par terre.
3. Battement tendu jete:
    - с работой опорной пятки;
    - passe par terre
  4. Rond de jambe par terre – на plie.
  5. «Каблучное» – маленькое во всех направлениях:
    - с demi-rond;
    - на 45°.
  6. Battement fondu:
    - с demi-rond;
    - на plie.
  7. «Веровочке» – в чистом виде.
  8. Flic-flac – «веер».
  9. Дробные выстукивания – дробные выстукивания каблуком и подушечкой стопы.
  10. Battement developpe – с одинарным и двойным ударом опорной пятки.
  11. Перегибы корпуса - лицом к станку «оттяжка».
  12. Grand battement jete – с «ножницами» с окончанием в plie.

### 3. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

#### Теория:

Воспитание координации в комбинациях на «середине».

#### Практика:

1. Упражнения для пластичности корпуса (port de bras, перегибы корпуса, наклоны и повороты). Упражнения выполняются в определённом стиле и характере.
2. Упражнения для головы, рук, корпуса в манере народных танцев.

### 4. ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

#### Теория:

Методика исполнения движений в русском народном танце.

#### Практика:

1. Шаги и «припадания» собираются в связки, добавляются подвороты, flic и другие связующие движения.
2. Игра с платочком у девушек.
3. «Веровочка»:
  - с открыванием ноги на каблук;
  - с перекатами через каблучок;
  - с полным поворотом на полупальцах.
4. Боковая «моталочка».

Материал для мальчиков:

1. Присядки и полу-присядки:
  - «Мячик» по свободной позиции на месте и в продвижении;
  - Присядка с подниманием согнутой ноги вперед (и. п. положение 1-я прямая позиция);
  - Присядка с ударом (по 1-ой прямой позиции);
  - «разножка» в сторону на ребро каблука (лицом к станку).
3. Хлопушки и присядки в комбинациях.
4. Прыжки:
  - Трамплинные прыжки с согнутыми назад ногами и одновременным ударом

ладонями по голенищам;

## 5. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 6. ЭЛЕМЕНТЫ МОЛДАВСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Медленная «Хора», широкая «Молдавеняска», огневая «Сырба» отражают труд, быт и характер людей. Элементы молдавского – танца - подскоки, различные ходы, прыжки, вращения в сочетании со сложными движениями рук и ритмическими рисунками – помогают учащимся выработать танцевальность, техническое мастерство, чувство позы, выносливость. В основном молдавские танцы массовые, что приучает к ансамблевой дисциплине.

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

«Хора». «Молдавеняска»

1. Основные положения рук, ног, корпуса. Положение в парном танце.
2. Ходы:
  - подскоки и бег (в сочетаниях);
  - «дорожка»;
  - шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы или в полуприседание с подбиванием другой ноги, подводящейся к икре сзади (jete в сторону с продвижением);
  - шаг вперед или назад с подъемом на полупальцы и подниманием другой ноги;
  - назад или вперед на  $35^{\circ}$  (женское движение); шаг в сторону с выведением другой ноги в перекрещенное положение на  $45^{\circ}$ .
3. Шаг-соскок с ребра каблука на всю стопу в полуприседание и броском согнутой ноги назад на  $45^{\circ}$  ( $90^{\circ}$ ).
4. «Ключ» (молдавский с прыжком с поджатыми ногами).
5. Вращения в паре.

## 7. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ МОЛДАВСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке

народного танца.

Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 8. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория:

Контрольное задание по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец» один раз в год.

Практика:

Два раза в год в конце каждого полугодия открытые занятия для родителей с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

### *Четвертый год обучения*

#### 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория:

Беседа о том, как провели летние каникулы. Знакомство воспитанников с целями и задачами 4-го года обучения. Техника безопасности по темам: «Правила поведения в танцевальном классе», «Аварийная ситуация», «Правила ПДД».

Практика:

Выполнение поклона в русском характере, упражнения на построения и перестроения.

#### 2. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

Теория:

Подготовка к более сложным упражнениям у станка, объяснение их необходимости. Методика исполнения экзерсиса у станка. Изучение народного экзерсиса с использованием характерных движений разных народностей.

Практика:

1. Plie – в прямых позициях и полупальцах:
  - «винт» в I прямой позиции (с двумя разворотами бедер).
2. Battement tendu – из выворотного в прямое положение в сторону II позиции.
3. Battement tendu jete – на demi- plie:
  - с riques на plie с опорной пятки во всех направлениях;
  - balensuare на plie с опорной пятки.
4. Rond de jambe par terre – «восьмерка» с остановкой и без остановки в сторону.
5. «Каблучное»:
  - «большое» double;
  - «большое» с demi-rond.
6. Battement fondu – на полупальцах.
7. «Веревочка» – с переступаниями.
8. Flic- flac – по V и VI позиции на plie.
9. Дробные выстукивания – «ключи».
10. Battement developpe – резкое двойным ударом опорной пятки («венгерское»).
11. Перегибы корпуса:
  - одной рукой за палку в I и IV прямых позициях на двух ногах и одной ноге;
12. Grand battement jete – grand battement jete tombe/

#### 3. ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

### Теория:

Методика исполнения экзерсиса на середине зала.

### Практика:

1. Комбинирование отдельных движений, пройденных у станка, для развития техники танца.
2. Пируэты и повороты в народном танце.

## 4. ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

### Теория:

Методика исполнения движений в русском народном танце.

### Практика:

1. Ход кадрильный (с каблучка).
2. «Веребочка» – собираем в развернутые комбинации (добавляем различные украшения: хлопки, подвороты, соскоки).
3. Дробные выстукивания – дробная «дорожка» (на 16-е).
4. Вращения:
  - через каблучки;
  - бегунец с прыжочками (поджатые ноги).
5. «Игра с платочком» (у девушек).

За полный курс обучения народному танцу учащимися освоены наиболее распространенные рисунки танца, положения рук, ходы и движения, которые встречаются повсеместно. На следующем этапе обучения учащиеся должны познакомиться с характерными особенностями танцев разных областей России, так как общие движения, рисунки, положения рук, ходы приобретают свою окраску, свой ритмический пульс в зависимости от географических, этнографических и музыкальных компонентов культуры данного края.

## 5. ОБЛАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

#### *Средняя полоса России (Орловская область)*

Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

1. Основные положения рук в танцах Орловской области. Поклон.
2. Основные движения:
  - переменный ход с разворотом корпуса;
  - шаркающий шаг;
  - приставной шаг с ударом;
  - сдвоенная дробь;
  - дробь «подключача»;
  - тройной притоп (с акцентом).
3. Мужские движения:
  - хлопушка в ладоши спереди и сзади с боковыми ударами;
  - хлопушка по бедрам и в ладоши;
  - присядка-«разножка»;
  - шаг с каблука.

Изучается танцевальная композиция «Роза-белорозовая».



### Север России (Архангельская область)

Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

1. Основные положение рук, ног. Поклон с продвижением в сторону.
2. Работа с шаями.
3. Основные движения:
  - переменный шаг (шаг с носка на всю стопу);
  - простой шаг;
  - «припадание» по I прямой позиции;
  - «отбой».
4. Мужские движения:
  - шаг с ударом по бедру;
  - присядка с ударом по бедрам;
  - сдвоенная дробь с переступанием «плетенкой»;
  - шаг «елочкой» с двумя ударами.

Изучается танцевальная композиция «Северный хоровод с шаями».

## 6. ЭЛЕМЕНТЫ ВЕНГЕРСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

1. Основные положения рук:
  - на талии внутреннем ребром ладони;
  - «наматывание» - кисть вокруг другой кисти перед грудью (руки согнуты в локтях).
2. Ходы «чардаш» и ход «с каблука».
3. Соскоки на I и II прямые позиции с хлопками перед грудью.
4. «Ключ» со II закрытой позиции.
5. Перескоки мягкие с ноги на ногу с «переступанием» в I прямой позиции и «в крест» назад за опорную ногу.
6. «Отскоки» назад на одной ноге (другая нога выбивается вперед на 45°).
7. Подскок на одной ноге и с двойным ударом каблука другой ноги, вынесенной вперед на 30°.

## 7. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ ВЕНГЕРСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 8. ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

1. Положения ног и рук. Основные положения в паре.
2. Притопы:
  - одинарные;
  - двойные (перескок с последующим притопом).
3. «Ключ» одинарный и двойной.
4. Ходы:
  - подскоки и бег;
  - шаг с последующим броском (jete) ноги вперед и соскоком в полуприседание на две ноги в I прямую позиции.
5. «Цвал» (галоп).
6. «Голубец» одинарный и двойной с притопом.
7. Pas balance.
8. «Кшесанэ» с притопом.
9. Pas debasque.

## 9. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ ПОЛЬСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 10. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

### Теория:

Контрольное задание по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец» один раз в год.

### Практика:

Два раза в год в конце каждого полугодия открытые занятия для родителей с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

### *Пятый год обучения*

#### 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

### Теория:

Беседа о том, как провели летние каникулы. Знакомство воспитанников с целями и задачами 5-го года обучения. Техника безопасности по темам: «Правила поведения в танцевальном классе», «Аварийная ситуация», «Правила ПДД».

### Практика:

Выполнение поклона в русском характере, упражнения на построения и перестроения.

## 2. ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

### Теория:

Последовательность и значение экзерсиса по народному танцу в подготовке танцовщика. Методика исполнения элементов. Изучение народного экзерсиса с использованием характерных движений разных народностей.

### Практика:

1. Plie – сочетания выворотных и прямых позиций, резких и мягких plie.
2. Battement tendu:
  - с переходом с опорной ноги на рабочую;
  - с увеличенным количеством переводов стопы «носок-каблук».
3. Battement tendu jete – с balensuare через проскальзывание опорной ноги.
4. Rond de jambe par terre:
  - «восьмерка» (без остановки в сторону на вытянутой опорной ноге и plie).
5. «Каблучное» – с «большой ковырялочкой» (на 90°).
6. Battement fondu – на 90°.
7. Flic- flac - double-flic.
8. Дробные выстукивания – с соскоками на опорной ноге.
9. Battement developpe – резкие с двойным ударом опорной пятки в момент открывания ноги.
10. Grand battement tjete:
  - с двойным ударом подушечкой опорной ноги;
  - с balensuare на 90°.

## 3. ОБЛАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

### Практика:

#### Сибирь

Изучается танцевальная композиция «Восьмёра»

1. Основные положение рук, ног. Поклон.
2. Основные движения:
  - сибирский ход (тройной переменный; с лёгким приседанием; с притопом);
  - боковой приставной шаг;
  - боковой дробный ход;
  - «припляс» (pasdebasque) и с переступанием;
  - «веревочка» простая и с переступанием;
  - сибирский ключ «отбой»;
  - «припадание»;
  - полька;
  - галоп (вперед).
3. Мужские движения:
  - простая присядка;
  - присядка – «качалка»;
  - «голубец» и притопом (подбивка).

#### Краснодарский край (Кубань)

1. Основные положения рук, ног. Поклон.
2. Основные движения:

- шаг на полупальцах;
  - боковой ход (боковой ход «накрест»);
  - шаг с каблука и подбивкой;
  - шаг на полупальцах;
  - приставной шаг на полупальцах с опусканием на всю стопу;
  - Кубанский ход с дробью;
  - бег.
3. Мужские движения:
- присядка с выносом ноги на каблук;
  - Кубанская гасма (гасмас rond);
  - «голубцы»;
  - pas de basque.

Изучается танцевальная композиция «Кубанская полька».

#### 4. ЭЛЕМЕНТЫ ВЕНГЕРСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

##### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями танцевальных движений и методикой их исполнения.

##### Практика:

1. Движение рук: круговые поочередные непрерывные движения внутри согнутых перед собой рук ладонями вперед одной рукой (мужское движение).
2. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»). Ходы «Чардаш» в паре.
3. «Боказо» («ключ»):
  - жесткий (отскок с акцентированной приставкой в I прямую позицию одинарные и двойные (через паузу);
  - мягкий (согнутой ногой в сторону с подъемом на полупальцы).
4. «Люлька» (с движением рук).
5. Резкие тройные полуповороты бедер и ног по V свободной позиции и соскоком на одну ногу в полуприседание.
6. «Цифро» («веревочка» с подъемом на полупальцы (с акцентированным окончанием и подряд).
7. Вращения в паре и подвороты в паре.

#### 5. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ ВЕНГЕРСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

##### Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

##### Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

#### 6. ЭЛЕМЕНТЫ ИСПАНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА «АРАГОНСКАЯ ХОТА»

##### Теория:

Знакомство с танцевальным, музыкальным материалом, характером, манерой исполнения. Изучение костюмов. Просмотр танцев (видео). Знакомство с названиями

танцевальных движений и методикой их исполнения.

Практика:

1. Основные положения и позиции ног, рук и корпуса. Переводы рук.
2. Основной ход:
  - высокий pas de basque с перескока по I свободной позиции (высокий);
  - тройной бег.
  - Pas de basque по I прямой позиции с pique.
3. Pas balance:
  - из стороны в сторону.
  - вперед и назад.
4. «Ковырялочка».
5. Шаг в сторону с подскоком (на plie), подведение другой ноги к икре сзади.
6. Pas ballonне вперед с последующим шагом и подведением другой ноги сзади.
7. Понта та кона – подскок с ударом другой ноги с свободной III позиции спереди с последующим отскоком в сторону (sissonne ouverte в сторону и тройным (pas de bourree) переступанием).
8. Tombe-coupe (из позы в позу) в IV свободной позиции.
9. Соскоки в V позиции с jete-passe в сторону на 90°.
10. Поворот на одной ноге (en dedans с замаха другой ногой (90°) в перекрещенном положении).
11. Dosados на различных движениях и связках.

## 7. ЭТЮД В ХАРАКТЕРЕ ИСПАНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА «АРАГОНСКАЯ ХОТА»

Этюд с использованием хореографического материала данного года, на основе разученных ранее движений на середине зала. Цели и задачи танцевального этюда на середине зала. Развитие внимания, координации движения, выразительности исполнения. Раскрытие характера и манеры в танцевальных этюдах.

Теория:

Значение этюдной работы в воспитании координации и создании образа на уроке народного танца.

Практика:

В таких этюдах обязательно используется характер и манера исполнения той народности, чьи движения использованы.

## 8. КОНТРОЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория:

Контрольное задание по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец» один раз в год.

Практика:

Два раза в год в конце каждого полугодия открытые занятия для родителей с демонстраций полученных знаний и умений. Анализ работы.

## 9. ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ

По завершении изучения учебного предмета (народный танец) аттестация обучающихся проводится в форме экзамена в рамках промежуточной (экзаменационной) аттестации или зачета в рамках промежуточной аттестации с обязательным выставлением оценки.

## 5. Условия реализации

### Материально-техническое обеспечение

- Оборудованный зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Сценическая площадка;
- Музыкальный центр;
- Ноутбук;
- Декорации и реквизит
- Костюмы
- Фонотека

### Список литературы, рекомендованной учащимся для освоения данной программы:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии/ Т. Барышникова – СПб: «Респекс», «Люкси», 1996
2. Васильева Т. Балетная осанка/ Т. Васильева – М.: «Высшая школа изящных искусств», 1993
3. Михайлова А.М. Развитие музыкальных способностей детей/ А.М.Михайлова– Ярославль: «Академия развития», 1997
4. Люси С. Начальный курс танца. – М.: «Астрель», 2001
5. Михайлова А. М., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения/ А. М.Михайлова, Н. В. Воронина– Ярославль: Академия Холдинг, 2001

### Интернет ресурсы

1. Концерт "Игорю Моисееву посвящается". Балет Игоря Моисеева:  
<https://youtu.be/Zw88t9zTZhE?si=RgySUeYL2TzmqRYE>.
2. Концерт - Ансамбль Берёзка:  
[https://youtu.be/NF2giqxocL8?si=f\\_TLbt2w7S3T1jCE](https://youtu.be/NF2giqxocL8?si=f_TLbt2w7S3T1jCE)
3. Ансамбль Жок. Молдавский танец:  
[https://youtu.be/u\\_WJSAzmI30?si=77hSJPFKqPOof8if](https://youtu.be/u_WJSAzmI30?si=77hSJPFKqPOof8if)

### Методическое обеспечение учебного процесса

#### Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей,

возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках дополнительной общеобразовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

### **Методические рекомендации педагогическим работникам**

В работе с учащимися педагог должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности обучающегося: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

При работе над программным материалом педагог должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по народному танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.
2. Экзерсис на середине класса.
3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира.

Преподавание народного танца заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники народно-сценического танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

Высокая результативность работы по программе достигается при использовании современных **педагогических образовательных технологий**:

- Технология дифференцированного обучения (обучение в одной группе детей, имеющих разный уровень специальной подготовки, способностей);
- Здоровьесберегающие технологии (организация обучения детей без ущерба для их здоровья);
- Диагностические технологии (технологии, позволяющие определить потенциал специальных способностей обучающегося: просмотр детей на предмет выявления их двигательной активности, пластической выразительности, музыкального и ритмического слуха, исполнение творческого задания и др.);
- Технологии формирования психофизического состояния (использование техник медитации и релаксации с целью создания психо - эмоционального настроения, необходимого для проработки конкретного образа);
- Технология художественного восприятия и отношения/ поэтизации действия (включает в себя совокупность приемов, которые через приобщение к формам художественного опыта человеческой культуры, осуществляют поэтапный переход от бытового восприятия к художественному осмыслению танцевальных движений);
- Технологии создания художественного образа (продумывание, проработка реальности сценического действия, его убедительности);

- Игровые технологии (обучение при помощи игровых методов активизирует все познавательные процессы обучающегося, что позволяет наиболее доходчиво объяснить основные задачи учебного занятия);
- Личностно-ориентированные технологии (обучение каждого ребенка в группе, исходя из его возможностей, способностей, перспективы);
- Технологии индивидуализации (взаимодействие педагога с отдельными детьми по индивидуальной модели, учитывая их личностные особенности; ориентация на индивидуальные особенности ребенка в общении с ним; учет индивидуальных особенностей ребенка в процессе обучения; создание психолого-педагогических условий не только для развития всех обучающихся, но и для развития каждого ребенка в отдельности).

### **Воспитательные средства (принципы воспитания)**

Воспитательная работа с учащимися является неотъемлемой частью ДООП «Народный танец», которая направлена на социализацию и адаптацию учащихся, укрепление семейных ценностей, ценностного отношения здоровому образу жизни, соблюдению безопасных условий, укреплению взаимодействия с родителями, организацию досуговой, активной деятельности, патриотическое и духовно-нравственное воспитание. В план воспитательной работы входит: посещения филармонии для просмотра творческих народных профессиональных и самодеятельных танцевальных коллективов, беседы по тематике нравственного и личностного воспитания обучающихся, активное участие и выступления, вечера отдыха, викторины, открытые занятия для родителей и для обучающихся, походы на природу. Все перечисленные мероприятия помогут более полно развить эмоциональную сферу, удовлетворить потребность в творческой деятельности, сформировать коммуникативные качества.

Неотъемлемая часть работы в объединении по программе «Народный танец» - это работа с родителями. Тесное сотрудничество с родителями значительно расширяет сферу организованного воздействия на учащихся и помогает успешно решать многие задачи обучения и воспитания. Родители должны быть ознакомлены с содержанием программы, с требованиями педагога по оснащению ребенка необходимой формой для занятий, танцевальной обувью, с качеством выполняемых педагогом услуг, также с умениями и навыками, полученными учащимися в процессе обучения учащегося в объединении.

Наиболее распространёнными формами работы с родителями являются следующие:

- Приглашение родителей в объединение - у педагога часто возникает потребность встретиться с родителями, посоветоваться с ними о воспитании и обучении. Такие встречи позволяют разрешить многие сложные вопросы. Во время индивидуальных бесед с родителями не только выясняются условия жизни ребёнка. Но обсуждаются конкретные случаи поведения, намечаются пути устранения недостатков.
- Анкетирование родителей - это очень удобная форма общения. Зачастую у родителей нет времени на посещения объединения. Такая форма связи с семьёй позволяет информировать родителей об успехах и поведении их ребёнка и оказывать конкретную помощь в воспитании и обучении. Примером переписки может служить анкетирование. В начале учебного года родители отвечают на вопросы анкеты, которая позволяет выявить социальный заказ населения. Проанализировав ответы, педагог знает, на что ориентироваться при выборе тем воспитательно-досуговых мероприятий.
- Переписка с родителями – в настоящее время очень активно используется в работе с родителями социальные сети. Родители могут задать свои вопросы педагогу, педагог, в свою очередь, может быстро и оперативно донести какую либо организационную информацию по работе группы учащихся.
- Открытые занятия для родителей - такие занятия дают возможность родителям видеть успехи и неудачи своих детей, уровень их подготовленности.



- Проведение совместных воспитательно-досуговых мероприятий позволяет сблизить педагога с родителями и их детьми, облегчает дальнейший процесс общения. Очень важно для занятий в группе формирование чувства «мы». Один педагог говорит: «Сегодня вы будете...», другой – «Сегодня мы с вами...». Формулировка «мы с вами» на уровне подсознания объединяет, приближает.

- Индивидуальные и групповые консультации являются хорошим методом связи педагога и родителей, где педагог ближе и доверительнее может рассказать родителям об успехах учащегося, дать конструктивные советы, найти общие пути для решения возникающих проблем.

Родительские собрания проводятся в течение учебного года в объединении в начале и в конце учебного года. На этих встречах обсуждаются все вопросы, связанные с обучением детей, также обсуждаются проблемы родительского контроля над посещением учащимися занятий, подводятся творческие итоги года. При наборе учащихся в объединение на первых общеродительских собраниях практикуются выступления перед родителями с целью предоставления информации о предоставляемых услугах.

### **Кадровое обеспечение**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа обеспечена квалифицированным педагогом дополнительного образования, образование которого соответствует направленности программы.

## **6. Мониторинг образовательных результатов**

*Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оценка качества реализации программы «Народный танец» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на занятиях.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

*Критерии оценок*

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы и средства контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

*Критерии оценки качества исполнения*

По итогам исполнения программы на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

| <b>Оценка</b> | <b>Критерии оценивания выступления</b>                                                                                                                                                                  |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5 («отлично») | методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков |
| 4 («хорошо»)  | возможное допущение незначительных ошибок в                                                                                                                                                             |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое                                                                                                                                                                        |
| 3<br>(«удовлетворительно»)   | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, не владение трюковой и вращательной техникой |
| 2<br>(«неудовлетворительно») | комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой                                                                                                                                      |
| «зачет» (без отметки)        | отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.                                                                                                                                                                          |

Данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся к выпускному году обучения.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончанию каждого полугодия

## 7. Список литературы

1. Бекина С.И., Ломова Т.П. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1983. – 151 с.
2. Бочкарева, Н.И. Русский народный танец: Теория и методика: учебное пособие /Н.И. Бочкарева, федер.агентство по культуре кинематографии КГУКиИ - Кемерово, 2006 - 180 с.
3. Бочкарёва Н.И., Смирнова Н.Г. Уроки хореографии в образовательных учреждениях – Кемерово: ИУУ, 1996. – 35 с.
4. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Мастерство хореографа: учебное пособие. – Орел: Орловский гос. Институт искусств и культуры, 2005. – 143 с.
5. Выгодский Л.С. Психология искусства. – Искусство, 1986. – 215 с.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: танцевальные движения и комбинации на середине зала / Г.П. Гусев. - М.: ГИЦ «Владос», 2003 - 208 с.
7. Дудникова Г.П. История костюма: Учебник/Г.П. Дудникова – Изд. 3 – е. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. 352 с.
8. Заикин, Н.Н. Областные особенности русского народного танца: учеб. пособие / Н.И. Заикин, Н.А. Заикина; Орловский государственный, институт искусств и культуры. - Ч. 1-1999 – 551с.:ил.;4.2.-2004.-207с.
9. Захаржевская Р.В. Костюм для сцены/ Р.В. Захаржевская. -: Советская Россия, 1974. – 170 с.
10. Захаров Р.В. Искусство балетмейстера. М.: Искусство, 1954. - 432 с.; ил.
11. Захаров Р.В. Сочинение танца: страницы педагогического опыта/ Р.В. Захаров. – М.: Искусство, 1999. – 235 с.

12. Каргина З.А. Технология разработки образовательной программы дополнительного образования детей / З.А. Каргина // Внешкольник. Воспитание и дополнительное образование молодежи. 2006 № 5 с. 11-15.
13. Киреева Е.В. История костюма. – М.: Просвещение. 1976. – 174 с.
14. Кленова Н.В. Как оценивать результаты обучения школьников по дополнительной образовательной программе / Н.В. Кленова // Народное образование. 2005 № 8 с. 165 – 175
15. Климов, А.А. Основы русского народного танца: учебник для студентов / А.А. Климов. - М.: Искусство, 1981 - 270 с.
16. Панферов В.И. Мастерство хореографа: учебное пособие. – Челябинск, Полиграф-Мастер, 2009. – 368 с.
17. Пуляева Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. – 59 с.
18. Ручьевская Е. Слово и музыка. – Л., 1960. – 432 с.
19. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: Учебное пособие / В.С. Селиванов М.: Академия, 2004 г. – 87 с.
20. Устинова, Т.А. Избранные русские народные танцы / Т.А. Устинова. - М.: Искусство, 1996 - 593 с.: ил.
21. Уфимцева Т.И. Воспитание ребенка. — М.: Наука, 2000 г. – 2 с.
22. Хаас Ж.Г. Анатомия танца. – Минск.: Попури, 2011. – 200 с.
23. Хавилер Д. Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово. 2004. – 111 с.
24. Холопова В.Н. Формы музыкальных произведений. – СПб.: Лань. 2001. – 496 с.

## **8. Приложение**

### **Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец»**

Год обучения по программе: 1 , Текущий контроль.

1.Практическая часть.

Открытый контрольный урок.

2.Теоретический материал.

1. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: Деми плие в переводе с французского языка означает:

- А) маленькое отжимание
- Б) большое приседание
- В) маленькое приседание

2.Определите, чем характеризуется правильное дыхание.

- А) более продолжительным вдохом
- Б) более продолжительным выдохом
- В) равной продолжительностью вдоха и выдоха
- Г) вдохом через нос выдохом через рот

3.Необходимо определить к чему относятся перечисленные понятия: пиано, форте, мецце пиано, мецце форте, фотриссимо.

- А) динамические оттенки
- Б) понятия вступления

- В) длительность звука  
Г) градация чувства ритма

4. Сколько точек в хореографическом зале.

- А) 10  
Б) 6  
В) 8

#### Ответы на контрольные задания 1 год обучения

| № п/п | Правильные ответы теоретического материала, ТБ | Количество баллов |
|-------|------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | В                                              | 1                 |
| 2     | Г                                              | 1                 |
| 3     | А                                              | 1                 |
| 4     | В                                              | 1                 |

Критерии оценки теоретического материала: «В» - 4 - балла; «С» - 3- балла; «Н» - 2 и ниже.

| № п/п | Требования выполнения практического материала                                                         | Количество баллов |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Обучающийся чётко без ошибок исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу        | 5 балл            |
| 2     | Обучающийся нечётко, с ошибками исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу     | 3-4 балл          |
| 3     | Обучающийся не может самостоятельно исполнять экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу | 1-2 балл          |

«В» - 5- баллов; «С» - 3 -4 балла; «Н» - 2 и ниже баллов;

#### Всего сумма по уровням освоения материала по 1 году обучения:

| Теория       | Практика        | Всего баллов | Уровень освоения учебного материала |
|--------------|-----------------|--------------|-------------------------------------|
| 5 баллов;    | 5 баллов;       | 10           | В                                   |
| 3- 4 баллов; | 3- 4 баллов;    | 6-8          | С                                   |
| 3 и ниже     | 2 и ниже баллов | 5 и ниже     | Н                                   |

#### Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец»

Год обучения по программе: 2 , Текущий контроль.

1. Практическая часть.  
Открытый контрольный урок.

2. Теоретический материал.

1. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: Батман тандю в переводе с французского языка означает:

- А) вынос прямой ноги на воздух  
Б) вынос прямой ноги по полу

В) маленькое приседание

2. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: Рон де жамб партер в переводе с французского языка означает:

А) вынос прямой ноги на воздух

Б) круг ног по полу

В) маленькое приседание

3. Необходимо определить к чему относятся перечисленные понятия: веревочка, моталочка, ковырялочка, молоточек.

А) динамические оттенки

Б) упражнения народного танца на середине

В) элементы классического танца

4. Необходимо определить к чему относятся перечисленные понятия: хлопущка, мячик, ключ.

А) элементы классического танца

Б) упражнения народного танца на середине

В) элементы народного мужского танца

5. Необходимо выбрать без чего не может исполняться вращение.

А) красивого движения рук

Б) хорошего освещения

В) точки

Г) музыкального сопровождения

#### Ответы на контрольные задания 2 год обучения

| № п/п | Правильные ответы теоретического материала, ТБ | Количество баллов |
|-------|------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Б                                              | 1                 |
| 2     | Б                                              | 1                 |
| 3     | Б                                              | 1                 |
| 4     | В                                              | 1                 |
| 5     | В                                              | 1                 |

Критерии оценки теоретического материала: «В» - 5 - баллов; «С» - 4- балла; «Н» - 3 и ниже.

| № п/п | Требования выполнения практического материала                                                     | Количество баллов |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Обучающийся чётко без ошибок исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу    | 5 балл            |
| 2     | Обучающийся нечётко, с ошибками исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу | 3-4 балл          |
| 3     | Обучающийся не может самостоятельно справиться с предложенным материалом .                        | 1-2 балл          |

«В» - 5- баллов; «С» - 3-4 - баллов; «Н» - 2 и ниже баллов;

#### Всего сумма по уровням освоения материала по 2 году обучения:

| Теория    | Практика  | Всего баллов | Уровень освоения учебного материала |
|-----------|-----------|--------------|-------------------------------------|
| 5 баллов; | 5 баллов; | 10           | В                                   |

|                          |                                 |                 |        |
|--------------------------|---------------------------------|-----------------|--------|
| 3- 4 баллов;<br>3 и ниже | 3- 4 баллов;<br>2 и ниже баллов | 6-8<br>5 и ниже | С<br>Н |
|--------------------------|---------------------------------|-----------------|--------|

**Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы «Народный танец»**

Год обучения по программе: 3 , Текущий контроль.

1.Практическая часть.

Открытый контрольный урок.

2.Теоретический материал.

1.Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: Релевелинд в переводе с французского языка означает:

- А) вынос прямой ноги на воздух
- Б) вынос прямой ноги на воздух на 90 градусов
- В) маленький подъем прямой ноги на 90 градусов

2. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: Гранд батман жетэ в переводе с французского языка означает:

- А) вынос прямой ноги на воздух на 90 градусов
- Б) круг ногой по полу
- В) большой бросок прямой ноги на воздух на 90 градусов и выше

3. Необходимо определить к чему относятся перечисленные понятия: присядка, вращения, прыжки, дробушки.

- А) динамические оттенки
- Б) упражнения народного танца на середине
- В) элементы классического танца

4. Необходимо определить к какой группе танцев относятся перечисленные танцы: коми танец, финский танец, эстонский танец, карельский танец.

- А) танцы славянской группы
- Б) танцы финно-угорских народов
- В) танцы народов Поволжья

5. Необходимо выбрать без чего не может исполняться вращение.

- А) красивого движения рук
- Б) хорошего освещения
- В) точки
- Г) музыкального сопровождения

**Ответы на контрольные задания 3 год обучения**

| № п/п | Правильные ответы теоретического материала,<br>ТБ | Количество баллов |
|-------|---------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Б                                                 | 1                 |
| 2     | В                                                 | 1                 |
| 3     | Б                                                 | 1                 |
| 4     | Б                                                 | 1                 |
| 5     | В                                                 | 1                 |

Критерии оценки теоретического материала: «В» - 5 - баллов; «С» - 4- балла; «Н» - 3 и ниже.

| № п/п | Требования выполнения практического материала                                                     | Количество баллов |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Обучающийся чётко без ошибок исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу.   | 5 балл            |
| 2     | Обучающийся нечётко, с ошибками исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу | 3-4 балл          |
| 3     | Обучающийся не может самостоятельно справиться с предложенным материалом .                        | 1-2 балл          |

«В» - 5- баллов; «С» - 3-4 - баллов; «Н» - 2 и ниже баллов;

**Всего сумма по уровням освоения материала по 3 году обучения:**

| Теория       | Практика        | Всего баллов | Уровень освоения учебного материала |
|--------------|-----------------|--------------|-------------------------------------|
| 5 баллов;    | 5 баллов;       | 10           | В                                   |
| 3- 4 баллов; | 3- 4 баллов;    | 6-8          | С                                   |
| 3 и ниже     | 2 и ниже баллов | 5 и ниже     | Н                                   |

### **Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец»**

Год обучения по программе: 4 , Текущий контроль.

1.Практическая часть.

Открытый контрольный урок.

2.Теоретический материал.

1.Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: Флик фляк в переводе с французского языка означает:

- А) вынос прямой ноги на воздух
- Б) от себя к себе
- В) медленный подъем прямой ноги на 90 градусов

2. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение :Девлопе релевелянд в переводе с французского языка означает:

- А) вынос прямой ноги на воздух на 90 градусов
- Б) круг ногой по полу
- В) вынос ноги на воздух на 90 градусов через положение пассае

3.Необходимо определить к чему относятся перечисленные понятия: ключ, тройной притоп, соскок, двойной притоп, удар ребром каблука.

- А) окончания танцевальных комбинаций
- Б) упражнения народного танца на середине
- В)упражнения народного мужского танца

4.Необходимо определить к какой группе танцев относятся перечисленные танцы: русский танец, украинский танец, белорусский танец, молдавский танец.

- А) танцы славянской группы
- Б) танцы финно-угорских народов

В) танцы народов Поволжья

5. Необходимо выбрать без чего не может исполняться вращение.

А) красивого движения рук

Б) хорошего освещения

В) точки

Г) музыкального сопровождения

#### Ответы на контрольные задания 4 год обучения

| № п/п | Правильные ответы теоретического материала, ТБ | Количество баллов |
|-------|------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Б                                              | 1                 |
| 2     | В                                              | 1                 |
| 3     | А                                              | 1                 |
| 4     | А                                              | 1                 |
| 5     | В                                              | 1                 |

Критерии оценки теоретического материала: «В» - 5 - баллов; «С» - 4- балла; «Н» - 3 и ниже.

| № п/п | Требования выполнения практического материала                                                     | Количество баллов |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Обучающийся четко без ошибок исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу.   | 5 балл            |
| 2     | Обучающийся нечетко, с ошибками исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу | 3-4 балл          |
| 3     | Обучающийся не может самостоятельно справиться с предложенным материалом .                        | 1-2 балл          |

«В» - 5- баллов; «С» - 3-4 - баллов; «Н» - 2 и ниже баллов;

#### Всего сумма по уровням освоения материала по 4 году обучения:

| Теория       | Практика        | Всего баллов | Уровень освоения учебного материала |
|--------------|-----------------|--------------|-------------------------------------|
| 5 баллов;    | 5 баллов;       | 10           | В                                   |
| 3- 4 баллов; | 3- 4 баллов;    | 6-8          | С                                   |
| 3 и ниже     | 2 и ниже баллов | 5 и ниже     | Н                                   |

#### Контрольные задания по освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Народный танец»

Год обучения по программе: 5 , Текущий контроль.

1. Практическая часть.

Открытый контрольный урок.

2. Теоретический материал.

1. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: пассе в переводе с французского языка означает:

А) вынос прямой ноги на воздух

Б) переход ноги из одного положения в другое

В) медленный подъем прямой ноги на 90 градусов



2. Необходимо выбрать правильный вариант на следующее предположение: эпольман в переводе с французского языка означает:

- А) вынос прямой ноги на воздух на 90 градусов
- Б) положение корпуса в пол оборота по отношению к зрителю
- В) вынос ноги на воздух на 90 градусов через положение пасса

3. Необходимо определить к чему относятся перечисленные понятия: припадания, галоп, подбивочная

- А) окончания танцевальных комбинаций
- Б) упражнения народного танца на середине зала
- В) боковой ход

4. Необходимо определить к какой группе танцев относятся перечисленные танцы: татарский танец, чувашский танец, казачий танец.

- А) танцы славянской группы
- Б) танцы финно-угорских народов
- В) танцы народов Поволжья

5. Необходимо выбрать без чего не может исполняться вращение.

- А) красивого движения рук
- Б) хорошего освещения
- В) точки
- Г) музыкального сопровождения

#### Ответы на контрольные задания 5 год обучения

| № п/п | Правильные ответы теоретического материала, ТБ | Количество баллов |
|-------|------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Б                                              | 1                 |
| 2     | Б                                              | 1                 |
| 3     | В                                              | 1                 |
| 4     | В                                              | 1                 |
| 5     | В                                              | 1                 |

Критерии оценки теоретического материала: «В» - 5 - баллов; «С» - 4- балла; «Н» - 3 и ниже.

| № п/п | Требования выполнения практического материала                                                     | Количество баллов |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1     | Обучающийся чётко без ошибок исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу.   | 5 балл            |
| 2     | Обучающийся нечётко, с ошибками исполняет экзерсис у станка и на середине зала по народному танцу | 3-4 балл          |
| 3     | Обучающийся не может самостоятельно справиться с предложенным материалом .                        | 1-2 балл          |

«В» - 5- баллов; «С» - 3-4 - баллов; «Н» - 2 и ниже баллов;

#### Всего сумма по уровням освоения материала по 5 году обучения:

| Теория       | Практика     | Всего баллов | Уровень освоения учебного материала |
|--------------|--------------|--------------|-------------------------------------|
| 5 баллов;    | 5 баллов;    | 10           | В                                   |
| 3- 4 баллов; | 3- 4 баллов; | 6-8          | С                                   |

|          |                 |          |   |
|----------|-----------------|----------|---|
| 3 и ниже | 2 и ниже баллов | 5 и ниже | Н |
|----------|-----------------|----------|---|