

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
« Новооскольский дом детского творчества »**

Принято на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2022 г.  
Протокол № 01



УТВЕРЖДАЮ:  
директор МАУДО «Новооскольский ДДТ»

\_\_\_\_\_. О.А. Голядкина .

Приказ №63 от 31 августа 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»  
(модифицированная)**

Направленность программы: художественная  
Уровень программы : базовый

Возраст обучающихся – 5-17 лет  
Срок реализации программы – 8 лет

Автор-составитель:  
Пупынина Любовь Владимировна,  
педагог дополнительного образования

**г. Новый Оскол, 2022 г.**

Пояснительная записка	3
Учебный план	8
Учебно-тематический план первого года обучения	9
Содержание программы первого года обучения	9
Учебно-тематический план второго года обучения	13
Содержание программы второго года обучения	14
Учебно-тематический план третьего года обучения	17
Содержание программы третьего года обучения	17
Учебно-тематический план четвертого года обучения	21
Содержание программы четвертого года обучения	22
Учебно-тематический план пятого года обучения	27
Содержание программы пятого года обучения	27
Учебно-тематический план шестого года обучения	32
Содержание программы шестого года обучения	33
Учебно-тематический план седьмого года обучения	38
Содержание программы седьмого года обучения	39
Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы	44
Литературы	48

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Народный танец обладает широчайшим спектром возможностей воспитательного, этического, эстетического, оздоровительного воздействия на развитие обучающихся. Танцевальная культура, являясь одной из наиболее устойчивых форм народного искусства, обладает способами хранения и трансляции социокультурных ценностей и смыслов. Картина мира, воспроизводимая в народном танце посредством музыки и действия, дает ребёнку надёжные нравственные ориентиры в окружающем его культурном пространстве.

Данная образовательная программа имеет художественную направленность.

Новизна данной программы заключается в овладении обучающимися новыми методиками посредством изучения национальных традиций и обрядов своего края (Белгородской области), закладывающих нравственные основы в души подрастающего поколения.

Актуальность связана с сохранением и изучением национальных традиций, своеобразия национальной культуры своего народа, этнической самобытности.

Данная образовательная программа является модифицированной, была составлена на основе анализа типовой программы Т.Н. Овчинниковой «Танец» («Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ», М.: «Просвещение», 1978г.), в которой русскому народному танцу отведен один раздел, предполагающий только изучение отдельных элементов русского танца. В программе приоритетными являются занятия по русскому народному танцу. В соответствии с этим и внесены необходимые изменения в учебно-тематический план:

- увеличение часов по русскому народному танцу;
- введение раздела по изучению региональных особенностей исполнения русского народного танца.
- введение раздела по изучению новым современным танцевальным направлениям.

**Цель программы:** формирование знаний, умений и навыков обучающихся, и развитие творческих способностей детей посредством хореографического искусства.

### Задачи:

#### *Обучающие:*

- сформировать понятие об основах русского народного танца, показать многообразие его видов и различную манеру исполнения;
- обучить основным базовым танцевальным движениям и постоянно совершенствовать исполнительское и актерское мастерство;
- познакомить с региональными особенностями танцевальной и песенной культуры Белгородчины.

### *Развивающие:*

- развивать индивидуальные творческие способности обучающихся;
- развивать творческое воображение;
- развивать коммуникативные качества личности, прививать обучающимся культуру общения.

### *Воспитательные:*

- формировать интерес к народной культуре, уважение к прошлому своего народа;
- воспитывать чувство коллективизма, ответственности, долга;
- формировать навыки общения в коллективе.

### ***Сроки реализации программы –***

Программа рассчитана на восемь лет обучения. Возраст обучающихся: 5-17 лет.

В группах первого и второго года обучения занятия проводятся два раза в неделю по два часа. Программа первого и второго года обучения рассчитана на 144 часа.

В группах третьего, четвертого года обучения занятия проводятся три раза в неделю по два часа. Программа третьего, четвертого года обучения рассчитана на 216 часов.

В группах пятого, шестого, седьмого, восьмого годов обучения занятия проводятся четыре раза в неделю по два часа. Программа пятого, шестого, седьмого, восьмого годов обучения рассчитана на 288 часов.

Комплектование танцевального коллектива проводится без предварительного отбора детей.

Формирование групп происходит в соответствии с уровнем первоначальных умений и с учетом возрастных особенностей.

В процессе обучения предусмотрено проведение добора обучающихся в группы детского творческого объединения. Для вновь набранных детей подбираются задания, позволяющие быстрее приобрести необходимые навыки.

Обучение детей осуществляется в разновозрастных группах. Творческое сотрудничество в разновозрастных группах позволяет развиваться всем воспитанникам – от младших до старших – гармонично, снимая психологический барьер неуверенности у одних и сдерживая амбиции других. Такая форма работы предполагает проявление терпения, внимательности, корректности, ответственности и самоконтроля со стороны старших детей. Возникающие в коллективе атмосфера психологического комфорта, неформального общения и свободной реализации благоприятно сказывается на развитии творческих способностей каждого ребенка, установлении взаимопонимания и проявлении дружеских связей.

Форма проведения занятий- учебное занятие, занятие-игра, репетиция, беседа, класс-концерт, мастер-класс, творческий отчет и др.

### **Ожидаемый результат**

*По окончании 1 года обучения обучающиеся должны:*

- знать основные позиции рук и ног в классическом и русском танцах;
- уметь правильно пройти в такт музыки, сохраняя красивую осанку,
- исполнять легкий шаг с носка на пятку,
- сохранять координацию движений, тактировать руками музыкальные размеры, начинать и заканчивать движение с концом музыкального предложения;
- уметь изобразить в танцевальном шаге повадки животных, ориентироваться в пространстве;
- освоить базовые движения русского народного танца: двойные и тройные притопы, «елочку», «ковырялочку», «маятник», «гармошку», приставные шаги, галоп, фигуры хоровода на основном шаге.

*По окончании 2 года обучения обучающиеся должны:*

- знать, как развивать свой музыкальный слух, пластическую память посредством координации упражнений построенных на связи музыки и движений;
- знать основы музыкальной грамоты: «такт», «затакт», «вступление» и «окончание музыкальной фразы»;
- знать положения и позиции рук и ног в классическом и русском танцах и уметь переводить их во время исполнения движений;
- уметь выполнять физические и музыкально-пластические упражнения, укрепляющие мышцы, осанку, опорно-двигательный аппарат (в положениях: «лежа», «сидя на полу», «стоя»).

*По окончании 3 года обучения обучающиеся должны:*

- знать названия исполняемых движений классического и русского танца;
- знать правила исполнения движений у станка и на середине зала;
- уметь правильно, четко и красиво исполнять основные элементы русского танца в сольном и парном исполнении;
- уметь показать разницу в характере исполнения;
- знать областные особенности русского народного танца.
- освоить технику исполнения движений русского танца;
- освоить задания творческого уровня на импровизацию

*По окончании 4 года обучения обучающиеся должны:*

- знать правила исполнения движений классического танца у станка и движений народно-сценического экзерсиса;
- знать стилевые особенности танцевальных движений Белгородской области;
- уметь координировать исполнение движений классического и народно-сценического экзерсиса в разнообразных комбинациях;
- уметь грамотно и эмоционально исполнять движения русского танца;
- уметь танцевать в ансамбле;
- уметь выполнять задания на импровизацию и постановку комбинаций из разученных движений;
- освоить методику выполнения вращений (у девочек);
- освоить основные танцевальные движения, основанные на лексике Белгородской области;
- освоить навык выступлений на сценической площадке: выразительность,

эмоциональность, убедительность, смелость.

*По окончании 5 года обучения обучающиеся должны:*

*По окончании 6 года обучения обучающиеся должны:*

- научиться правильно, держаться на сцене, ориентироваться на ее пространстве, научиться держать рисунок танца, обращаться с партнером по танцу и реквизитом;
- познакомиться с устройством сцены, развить смелость перед выходом к зрителю, дальнейшее развитие техники исполнения сложных танцевальных движений;
- развивать творческие способности посредством импровизации;
- воспитать чувство ответственности каждого ребенка за успех общего дела.

*По окончании 7 года обучения учащиеся должны:*

- знать элементы классического танца, народного танца у станка и на середине, современный танец;
- развить выворотность тазобедренных суставов, вытянутость ног, чувство позы, устойчивость;
- развить творческие способности посредством сочинения детьми комбинаций и движений, этюдов, танцевальных номеров;
- воспитать терпение, взаимопомощь, уважение к национальной культуре своего народа;
- уметь применять полученные знания на практике;
- уметь эмоционально и технически правильно исполнять концертные номера на сцене;
- исполнять более сложный рисунок танца, создавая сценический образ.

*По окончании 8 года обучения учащиеся должны:*

- свободно владеть музыкальными, танцевальными терминами;
- знать танцевальный репертуар ансамбля «Импульс»;
- основы народного танца;
- основы современного танца;
- импровизировать под определённую музыку;
- контролировать и координировать своё тело;
- сочинять танцевальные этюды и композиции.

### **Способы определения результативности реализации программы:**

Педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов, тестирование, анкетирование, участие обучающихся в мероприятиях, педагогический мониторинг и т.п.

### **Формы подведения итогов:**

Промежуточный и итоговый контроль.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ n/n	Разделы программы	Количество часов							
		1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	6-й год	7-й год	8-й год
1.	Введение в образовательную программу	4							
2.	Вводное занятие		2	4	2	2	2	2	
3.	Народно-сценический танец						34	32	
4.	Ритмика	50							
5.	Гимнастика						34	20	
6.	Русский танец	30							
7.	Композиционная постановка танца	60							
8.	Азбука музыкального движения		10	22					
9.	Учебно-тренировочная работа		42	50	60	34			
10.	Импровизация. Пластические этюды.						30	32	
11.	Современная пластика.						34	24	
12.	Элементы русского народного танца			30	20	50			
13.	Классический танец						34	32	
14.	Областные особенности русского народного танца			20	20	22			
15.	Постановочная работа		90	90	114	165	96	104	
16.	Репетиционная работа					15	24	42	
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>144</b>	<b>216</b>	<b>216</b>	<b>288</b>	<b>288</b>	<b>288</b>	

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ n/n	Разделы программы и темы занятий	Общее количество часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Введение в образовательную	4	4	

	<b>программу</b>			
<b>2.</b>	<b>Ритмика.</b>	<b>50</b>	<b>4</b>	<b>46</b>
2.1.	Ритмические упражнения.	10	2	8
2.2.	Музыкально-пространственные упражнения.	10		10
2.3.	Элементы классического танца.	10	2	8
2.4.	Музыкально-ритмические игры.	20		20
<b>3.</b>	<b>Русский танец.</b>	<b>30</b>		<b>30</b>
3.1.	Основные позиции положения рук, головы и корпуса.	10		10
3.2.	Элементы русского танца.	20		20
<b>4.</b>	<b>Композиция постановка танца.</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>56</b>
4.1.	Сюжетно-игровой танец «Цыплята».	30	2	28
4.2.	Русский народный танец «Хоровод».	30	2	28
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### **I. Введение в образовательную программу «Народный танец».**

*Теория:* Цели и задачи программы «Народный танец». Правила и законы русского танца. Общие сведения о стиле, характере и манере исполнения русского танца. Общие требования безопасности перед началом и во время занятия. Требования безопасности в экстремальных ситуациях. Личная гигиена. Форма и обувь для занятий.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ, беседа), наглядный (просмотр видеозаписей фрагментов выступления Государственного Академического ансамбля народного танца им. И. Моисеева; демонстрация плакатов, план эвакуации).

*Дидактический материал:* таблицы (фото, рисунки танцевальных композиций «Хоровод», «Пляска», «Кадриль»), видеозапись выступления Государственного Академического ансамбля народного танца им. И. Моисеева; таблицы по технике безопасности, план эвакуации.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### **II. Ритмика.**

#### **2.1. Ритмические упражнения.**

*Теория:* Мелодия и движение, темп музыки, музыкальные размеры, контрастная музыка (быстрая - медленная, веселая – грустная).

*Практика:* Движения в темпе и ритме музыки. Определение характера музыки словами. Передача изменения характера музыки в движениях. Шаг на месте,

вокруг себя, вправо, влево, марш. Передача хлопками простейшего ритмического рисунка (4/4, 3/4, 2/4). Ритмические акценты (громко, умеренно, тихо).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ), наглядный (прослушивание аудиозаписей фрагментов музыкальных произведений для определения их характера, ритма и темпа).

*Дидактический материал:* таблицы размеров музыкальных произведений, CD-запись фрагментов музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## **2.2. Музыкально-пространственные упражнения.**

*Теория:* Логика перестроения из рисунка в рисунок. Логика поворотов: вправо, влево, вокруг себя.

*Практика:* Построение в линии, шеренгу, колонну по одному. Перестроение из колонны по одному в пары и обратно. Построение в диагональ, две диагонали. Построение в круг, сужение и расширение круга. Свободное размещение в зале.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, словесное сопровождение движений под музыку), наглядный, практический (отработка движений в ритме, темпе музыки).

*Дидактический материал:* таблицы, CD, DVD-записи музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* музыкальная игра.

## **2.3. Элементы классического танца.**

*Теория:* Первоначальное представление о координации движений. Знакомство с терминологией.

*Практика:* Позиции и упражнения классического танца у станка. Постановка корпуса, положение анфас. Подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции рук. Позиции ног – 1, 2, 3, 6. Releve. Demi plie. Повороты и наклоны головы. Наклоны корпуса вперед, в сторону и назад.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (беседа, словесное сопровождение движений под музыку), наглядный, практический (отработка точного и грамотного исполнения изученных движений).

*Дидактический материал:* таблицы (классические позиции рук и ног), записи классических музыкальных произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## **2.4. Музыкально-ритмические игры.**

*Теория:* Понятия: «ритм», «темп», «такт», «затакт». Контрастная музыка. Смена действий по музыкальным частям и фразам. Ориентация в пространстве. Развитие внимания.

*Практика:* Развитие навыков координации исполнения движений, передача образа (танцевальные шаги в образе животных: оленя, лисы, кошки, мышки, медведя, птички), ритмические игры: «Давай дружить!», «Дразнилки», «Ежик»;

игры на творчество: «Птичий двор», «Бабочки», «Дедушка и внук», «Станцуй как, Я», «Волк и козочка», «Ищи вожатого»; игры на ориентацию в пространстве: «Парад», «Кот и мыши».

*Форма проведения занятия:* практическая работа, импровизация, музыкальная гостиная, игра.

*Приемы и методы занятия:* наглядный, игровой (ритмические игры), словесный (рассказ), практический (сравнение и прослушивание музыки).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных произведений, погремушки, бубен, маски животных.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, ролевая игра, беседа, занятие-конкурс.

### **3. Русский танец.**

#### **3.1 Основные позиции положения рук, головы и корпуса.**

*Теория:* Основные понятия и термины русского танца. Направления движения. План зала. Условные обозначения при записи танца.

*Практика:* Координация исполнения движений (по средствам выполнения движений рук, корпуса, головы в медленных и быстрых темпах). Позиции и положение рук, ног. Навыки обращения с платочком. Подготовка к началу движения. Открывание и закрывание рук.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, практическое занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ), практический (отработка техники исполнения переводов рук из одной позиций в другую, в медленных и быстрых темпах), наглядный (демонстрация таблиц).

*Дидактический материал:* таблицы: «Позиция ног», «Позиция рук», «Положение ног», «Положение рук», «Положение корпуса», «Положение головы», «Положение кисти»; CD-записи музыкальных произведений: «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Поддай балалайку», «Белолица, круглолица».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие.

#### **3.2 Элементы русского танца.**

*Теория:* Народный танец как древнейший вид народного искусства. Связь народного танца с другими видами искусства и классическим танцем. Влияние народно-сценического танца на развитие хореографии.

*Практика:* Танцевальные ходы (различные сочетания шагов, исполненных в стиле, характере и манере русского танца), танцевальный бег. Подскоки по кругу и на месте, притопы - одинарный, двойной, тройной. Приставные шаги. Движения русского танца: «гармошка», «ковырялочка» с притопом, с подскоком, с поворотом, на воздух, на воздух с соскоком. «Маятник», «молоточки». «Мячики». Галоп по кругу. Галоп с остановками. Вращения на подскоках по кругу. Хлопки и удары скользящие (в ладоши). Подготовительные движения к дробям - удары поочередные стопой, каблуком, носком.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, практическое занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный, (объяснение, словесное сопровождение движений под музыку), наглядный, практический (отработка движений под музыку).

*Дидактический материал:* CD-запись музыкальных произведений: «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Поддай балалайку», «Белолица, круглолица».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, тестирование.

#### **4. Композиция постановка танца.**

##### **4.1. Сюжетно-игровой танец «Цыплята».**

*Теория:* Особенности танцевального образа цыпленка. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Рисунок танца: перестроения в круг, линию, шеренгу, в колонну по одному. Движения танца: бег, подскоки, приставные шаги, шаги с высоко поднятыми коленями, хлопки. Манера исполнения композиции танца.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* практические (детская импровизация), игровые (творческие задания).

*Дидактический материал:* DVD- запись сюжетных танцев.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

##### **4.2. Русский народный танец «Хоровод».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Танцевальные движения: ходьба на носках, приседания, полуприседания, повороты, обходы, фигуры хороводов.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* практические (детская импровизация), игровые (творческие задания).

*Дидактический материал:* DVD- запись сюжетных танцев.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы программы и темы занятий</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>В том числе:</b>	
			<b>теория</b>	<b>практика</b>
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>10</b>		<b>10</b>

2.1	Музыкально-пространственные упражнения	10		10
<b>3.</b>	<b>Учебно-тренировочная работа</b>	<b>42</b>	<b>6</b>	<b>36</b>
3.1	Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата	14	2	12
3.2	Элементы классического танца	14	2	12
3.3	Элементы русского народного танца	14	2	12
<b>4.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>90</b>		<b>90</b>
4.1	Русский народный танец «Ой, на горе калина».	30		30
4.2	Шуточный танец « Забияки»	30		30
4.3	Детский танец « Антошка»	30		30
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>8</b>	<b>136</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие.

*Теория:* Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи программы «Народный танец» второго года обучения. Правила выполнения разминки и растяжки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### 2. Азбука музыкального движения.

#### 2.1. Музыкально-пространственные упражнения.

*Теория:* Теория: знакомство со спортивными и военными маршами, медленными и быстрыми вальсами, медленными хороводами и быстрыми плясками.

*Практика:* Маршировка в темпе и ритме музыки; повороты на месте; повороты с прыжком; фигурная маршировка с перестроением; перестроение из троек и четверок в пластический рисунок - кружочки и звездочки; перестроения в паре: обход одним партнером другого; смена места с поворотом лицом друг к другу; обход без поворота.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

### **3. Учебно-тренировочная работа.**

#### **3.1 Упражнение на развитие суставно-мышечного аппарата.**

*Теория:* Строение голеностопного, коленного, тазобедренного суставов,

*Практика:* Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов; упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; упражнение на улучшение гибкости позвоночника; упражнения на исправление осанки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный, словесный, практический, игровой.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных произведений, таблицы строения суставов.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

#### **3.2. Элементы классического танца.**

*Теория:* Изучение названий движений классического танца; первоначальное представление о координации движений; знание правил исполнения и техники безопасности разучиваемых движений.

*Практика:* Вступительные и заключительные аккорды. Тренировочные упражнения классического танца, способствующие формированию двигательного навыка - «грация», выдвигание ноги (батман тандю) назад из 1 и 3 позиции. Выдвигание ноги с полуприседанием из 1 и 3 позиций вперед, в сторону, назад. Маленькие броски ногой (батман тандю жете) из 1,3 позиций вперед и в сторону. Поднимание ноги на 25 гр. (релеве лян) из 1 позиции вперед и в сторону. Перенос корпуса с одной ноги на другую (па де гаже) из 3 во 2 позицию. Проведение ноги из 1 позиции вперед-назад (пассе пар тер). Полукруг ногой по полу (деми рон де жамб пар тер) по 1 позиции, в сторону, назад и обратно. Круг ногой по точкам. Подъем на полупальцы в сочетании с полуприседанием. Прыжки на двух ногах (соте) по 6 и 1 позициям. Наклоны корпуса вперед, в сторону, назад. Переводы рук из позиции в позицию.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный, словесный, практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных классических произведений, таблицы «Позиции рук в классическом танце».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачётное занятие.

#### **3.3. Элементы русского народного танца.**

*Теория:* Координация движений. Увеличение темпа исполнения движений.

*Практика:* Положение рук в групповых танцах и фигурах: «звездочка», карусель, корзиночка. Поклон с продвижением вперед, подготовка к началу движения.

«Гармошка», виды «ковырялочки», простые дробные выстукивания - подготовка к дробям; припляс на тройном притопе; хлопки и удары - для мальчиков. Переменный ход, мелкий дробный ход, шаг польки, боковые шаги. Поочередное раскрытие рук в характере русского танца из положения рук на талии, с одновременным поворотом головы.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (демонстрация движений), словесный, практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народной музыки и танцев.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, занятие-зачёт.

#### **4. Постановочная работа.**

##### **4.1. Русский народный танец «Ой, на горе калина».**

*Практика:* Прослушивание музыкального материала. Разучивание основных движений и комбинаций танца на середине зала; отработка фрагментов и частей танца и их соединение. Работа над манерой исполнения и техникой исполнения движений.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (демонстрация движений), словесный, практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народной музыки и танцев.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, занятие-зачёт.

##### **4.2. Шуточный танец «Забияки».**

*Практика:* Прослушивание музыкального материала. Разучивание основных движений и комбинаций танца на середине зала; отработка фрагментов и частей танца и их соединение. Работа над манерой исполнения и техникой исполнения движений.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (демонстрация движений), словесный, практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи сюжетных танцев.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

##### **4.3. Детский танец «Антошка».**

*Практика:* Прослушивание музыкального материала. Разучивание основных движений (ход, бег, приседания с поворотами, соскоки в пол,) и комбинаций танца (дразнилка, игра на гармошке) танца на середине зала; отработка фрагментов и частей танца и их соединение. Работа над манерой исполнения и техникой исполнения движений.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (демонстрация движений), словесный, практический (отработка методики и техники исполнения движений).

Дидактический материал: видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи детских танцев.

Форма подведения итогов и оценки занятия: занятие-концерт.

## УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Разделы программы и темы занятий	Общее количество часов	В том числе:	
			теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>4</b>		
<b>2.</b>	<b>Азбука музыкального движения</b>	<b>22</b>		<b>22</b>
2.1	Музыкально - пластические игры на внимание	22		22
<b>3.</b>	<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	<b>50</b>		<b>50</b>
3.1	Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата	20		20
3.2	Элементы классического танца	30		28
<b>4.</b>	<b>Элементы русского народного танца</b>	<b>30</b>		<b>30</b>
4.1	Движения на середине зала	30		30
<b>5.</b>	<b>Областные особенности русского народного танца</b>	<b>20</b>		<b>20</b>
5.1	Движения на середине зала	20		30
<b>6.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>90</b>		<b>900</b>
6.1	Танец Белгородской области «Со вчора»	30		30
6.2	Русский танец «Ой, роза»	30		30
6.3	Русский танец «Кадриль »	30		30
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>		<b>210</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи программы «Народный танец». Цели и задачи программы «Народный танец» второго года обучения. Правила выполнения разминки и растяжки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

## **2. Азбука музыкального движения.**

### **2.1. Музыкально- пластические игры.**

*Практика:* Музыкально- пластические игры на внимание, координацию, ловкость, скорость (игры «Увеличительное стекло», «Танец-загадка», «Танец отдельных частей тела»); прослушивание и простейший анализ танцевальной музыки (определение характера, музыкального размера и строения). Построения и перестроения: построения из одного круга в два концентрических. Движения в колонны по - одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре через одного.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры-тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## **3. Учебно - тренировочная работа.**

### **3.1. Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата.**

*Практика:* Партерный экзерсис в положении сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе, сидя на стуле для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, гибкости коленных суставов, выворотности ног. Упражнения на исправление осанки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры-тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

### **3.2 Элементы классического танца.**

*Теория:* Основные правила движения у станка. Расширение знаний о выразительных возможностях движений танца (согласованность и гармония в движениях рук, ног, корпуса, головы). Знание правил исполнения каждого вновь разучиваемого движения.

*Практика:* Гранд плие по 1 и 6 позиции; батман тандю с пятой позиции, во всех направлениях; рон де жамб пар тэр - ан деор ан дедан с остановками спереди и сзади. Полуповороты на полупальцах по 3 позиции на 180 градусов. Положение ноги на щиколотке-сюр ле ку де пье. Прыжки: тан леве соте - по 1, 2, 5-ой позициям. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-ой позиции.

Переводы рук из 2-ой в 3-ю позицию и обратно; из 2-й позиции в 1-ю и обратно. Второе и третье пор де бра.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи классических музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

#### **4. Элементы русского танца.**

##### **4.1. Движения на середине зала.**

*Практика:* Положение рук в парном танце. Движения рук: переводы в различные положения; навыки обращения с платочком; подготовка к началу движения, поклоны - маленький и поясной. Простые шаги: основной; с притопом; с проскальзывающим притопом; на ребро каблука; шаг- притоп; «девичий шаг» с переступанием. Дробь с соскоком, с одинарным и двойным ударом стопой на месте и с продвижением, дробная дорожка, тройные поочередные выстукивания. «Ключ» - дробный, сложный. Припадания в 1-м прямом положении; в 3-м прямом положении с подъемом на полупальцы и двумя последующими ударами полупальцами. Виды «ковырялочки»; «веревочка» простая и с переступанием; «моталочки» продольные; присядка по 1 открытой позиции - основной вид и с подскоком. Присядка-«мяч» по 1 открытой позиции; «метелочка»; присядка-«подсечка»; хлопки в ладоши согнутыми в локтях руками; перед собой; справа или слева; хлопки в ладоши вытянутыми в локтях руками; спереди и сзади; вверх и вниз; скользящие хлопки в ладоши перед собой - сверху вниз; справа и слева; сверху вниз. Прыжки с поджатыми ногами.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD-записи музыкальных произведений, DVD-записи народных танцев.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

#### **5. Областные особенности русского народного танца.**

##### **5.1. Движения на середине.**

*Теория:* Беседа об истории Белгородского края. Знакомство с песенным материалом. Показ рисунков костюмов.

*Практика:* Основные положения рук в танцах Белгородской области; основные движения в танцах Белгородской области: простой мелкий шаг на каждую восьмую долю; простой шаг на каждую четвертую долю такта; простой шаг на каждую восьмую и четвертую долю такта; простой шаг с одной ноги и акцентом-ударом всей стопой или переступанием на двух ногах на вторую долю такта; шаги с акцентом в приседании и вставании; боковое движение с прибивом.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD-записи музыкальных произведений Белгородской области, DVD-записи танцев Белгородской области.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## **6. Постановочная работа.**

### **6.1. Танец Белгородской области «Со вечора».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Сочетание основных фигур хороводов: «Круг», «Два круга рядом», «Круг в круге», «Корзиночка». Танцевальные движения: ходы русского танца с ударом носка, каблука, с хлопком, с поворотом. Исполнение движений медленно, плавно.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* практические (творческие задания).

*Дидактический материал:* CD- запись русской народной музыки «Со вечора».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

### **6.2. Русский танец «Ой, роза».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Танцевальные комбинации: «моталочка»; «ковырялочка» с двойным притопом, без подскоков, с подскоком, с поворотом в воздухе; «молоточки». Движения: «ключ» с двойной дробью, дробная «дорожка» с продвижением вперед и поворотом.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* практические (творческие задания).

*Дидактический материал:* CD- запись русской народной музыки «Ой, роза»

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

### **6.3. Русский танец «Кадриль».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Основные элементы кадрили. Беговой шаг. Тройной притоп. Каблучный ход. «Моталочка». «Молоточки». «Ковырялочки» (с притопами, в воздухе, в повороте). Проходки. Дробные выстукивания (темп быстрый).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальные композиции, творческие задания).

*Дидактический материал:* CD-запись произведений русской народной музыки: «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Поддай балалайку», «Белолица, круглолица.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЧЕТВЕРТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

<i>№ п/п</i>	<i>Разделы программы и темы занятий</i>	<i>Общее количество часов</i>	<i>В том числе:</i>	
			<i>теория</i>	<i>практ ика</i>
<b>1</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Учебно-тренировочная работа:</b>	<b>60</b>	<b>4</b>	<b>56</b>
2.1	Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата	20	2	18
2.2	Элементы классического танца	20	2	18
2.3	Упражнения на середине (классика)	20		20
<b>3.</b>	<b>Элементы русского народного танца</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
3.1	Движения народно- сценического экзерсиса	10	2	8
3.2.	Упражнения на середине зала (русский танец)	10	2	8
<b>4</b>	<b>Областные особенности русского народного танца</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>
4.1	Отличительные особенности движений русского народного танца Белгородской области	2	2	
4.2	Сочинение комбинаций на танцевальной лексике Белгородской области	18	2	16
<b>5.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>114</b>	<b>8</b>	<b>122</b>
5.1	Танец Белгородской области «Матаня»	28	2	26
5.2	Лексика танцевальных движений в карагодах и плясках	28	2	26
5.3	Русский танец «Четыре двора »	28	2	26
5.4	«Военная пляска» на основе русских движений	28	2	26

		216	22	194
--	--	-----	----	-----

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ЧЕТВЕРТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие.

*Теория:* Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи программы «Народный танец» четвёртого года обучения.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### 2. Учебно - тренировочная работа.

#### 2.1. Упражнения на развитие суставно-мышечного аппарата.

*Теория:* Правила выполнения растяжки. Основные правила движений на исправление осанки.

*Практика:* партерный экзерсис в положении сидя на полу, лежа на спине, лежа на животе, сидя на стуле для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра, гибкости коленных суставов, выворотности ног. Упражнения на исправление осанки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

#### 2.2 Элементы классического танца.

*Теория:* Основные правила движения у станка. Расширение знаний о выразительных возможностях движений танца (согласованность и гармония в движениях рук, ног, корпуса, головы). Знание правил исполнения каждого вновь разучиваемого движения.

*Практика:* гранд плие по 1 и 6 позиции; батман тандю с пятой позиции, во всех направлениях; рон де жамб пар тэр - ан деор ан дедан с остановками спереди и сзади. Полуповороты на полупальцах по 3 позиции на 180 градусов. Положение ноги на щиколотке-сюр ле ку де пье. Прыжки: тан леве соте - по 1, 2, 5-ой позициям. Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-ой позиции. Переводы рук из 2-ой в 3-ю позицию и обратно; из 2-й позиции в 1-ю и обратно. Второе и третье пор де бра.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных классических произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* музыкальная гостиная.

### **2.3. Упражнения на середине (классика).**

*Практика:* Пор де бра 1-е, 2-е. Тан леве соте по 1,2, 5-ой позициям. Шанжман де пье.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* демонстрационный (показ движений педагогом под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных классических произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## **3. Элементы русского народного танца.**

### **3.1. Движения народно-сценического экзерсиса.**

*Теория:* Координация движения. Увеличение темпа исполнения движений.

*Практика:* полуприседания и полные приседания по всем позициям (в т.ч. по 4 невыворотной). Упражнения на развитие подвижности стопы с сокращенной стопой; с переводом стопы на каблук-носок; с приседанием. Маленькие броски с касанием пола втянутым носком работающей ноги. Маленькие сквозные броски. Круговые движения ногой по полу с проведением ноги на ребро спереди и фиксацией на сюр лек у де рье сзади на вытянутой ноге и на полуприседании. Каблучные упражнения. Низкие развороты ноги на ку де пье внутрь-наружу. Подготовка к «веревочке». Дробные выстукивания стопой, каблуком, полупальцами. Большие броски на вытянутой ноге и с окончанием на полуприседании на работающую ногу и отрывом опорной пятки от пола.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* демонстрационный (показ движений педагогом под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных классических произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

### **3.2. Упражнения на середине зала. Русский танец.**

*Теория:* Правила исполнения движений.

*Практика:* Виды танцевальных шагов. Боковые ходы: Припадания - основной вид; с двойным ударом полупальцами; припадание - накрест; с каблука. «Веревочка» - основной вид; с ударом полупальцами; с переступанием на ребро каблука; с «ковырялочкой». «Моталочки» поперечные, накрест. Подбивки - основной вид; с переступанием. Усложненные дробные движения. Вращения: на полупальцах; на припадании; с подъемом на полупальцы одной и обеих ног; на подскоках; на беге; на галопе; на дробях. Прыжковые движения: с поджатыми ногами; с раскрыванием коленей в стороны; с одной согнутой в колене ногой. Упражнения для рук, корпуса, головы.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* демонстрационный (показ движений педагогом под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

#### **4. Областные особенности русского народного танца.**

##### **4.1. Отличительные особенности движений русского народного танца.**

*Теория:* Отличительные особенности движений в танцах Белгородской области. Знакомство с книгой И.И.Веретенникова «Белгородские карагоды». История Белгородского края.

*Практика:* Местные особенности исполнения танцев. Выходы, переплясы, круговое движение, импровизация. Продолжение изучения основных положений рук и основных движений в танцах Белгородской области. Разбор движений «пересек».

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* демонстрационный (показ движений педагогом под музыку), практический (точная передача характера в танце).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи музыкальных классических произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

##### **4.2. Сочинение комбинаций на танцевальной лексике Белгородской области.**

*Теория:* Правила исполнения движений, основанные на танцевальной лексике Белгородской области.

*Практика:* Задания на самостоятельное сочинение комбинаций на танцевальной лексике Белгородчины.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* частично-поисковый (изучение истории народных традиций).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи песенного материала Белгородской области.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, занятие-зачёт.

#### **5. Постановочная работа.**

##### **5.1. Танец Белгородской области «Матаня».**

*Теория:* «Матаня» - пляска с частушками. Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Мелкий переменный шаг. Притопы. Пересек. Хлопки. Двойной приставной шаг с прибивом. Поочередное сгибание и разгибание рук в локте. Одновременное сгибание и разгибание рук в локте. Круговые движения руками впереди корпуса, движения влево, вправо с наклоном головы на плечо. Прищелкивание пальцами одной или обеих рук. Мелкие и быстрые покачивания корпусом. Быстрое покачивание плечами и всем корпусом. Композиция круговая.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практический (отработка техники и манеры исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи песенного материала «Матаня».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, занятие-зачёт.

### **5.2. Лексика танцевальных движений в карагодах и плясках.**

*Теория:* Композиционные формы карагодных движений. Карагодные песни Белгородско-Курской зоны на сцене. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Основные карагодные движения. «Шаг с прибивом». Наклоны корпуса. Соскоки на обе ноги. Переменный шаг и его варианты.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (рассказ, прослушивание фольклорно-песенного материала).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных праздников, обрядов, карагодных плясок. Фотоматериалы.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, праздник «Народные посиделки».

### **5.3. Русский танец «Четыре двора».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* навыки обращения с платочком; рушником, традиционными русскими инструментами: ложками, трещетками, рубелью, бубном, гармошкой, дудочкой. Разучивание отдельных движений, комбинаций с последующим объединением их в танцевальную композицию.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практический (отработка техники и манеры исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи песенного материала «Четыре двора».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, занятие-зачёт.

### **5.4. «Военная пляска» на основе русских движений.**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Основные элементы русской пляски. Беговой шаг. Тройной притоп. Каблучный ход. «Моталочка». «Молоточки». «Ковырялочки» (с притопами, в воздухе, в повороте). Проходки. Дробные выстукивания (темп быстрый).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практический (отработка техники и манеры исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи песенного материала «Военной пляски».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, занятие-зачёт.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЯТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

<i>№ п/п</i>	<i>Разделы программы и темы занятий</i>	<i>Общее количество часов</i>	<i>В том числе:</i>	
			<i>теория</i>	<i>Практика</i>
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Учебно-тренировочная работа</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
2.1	Элементы классического танца	17	2	15
2.2	Упражнения на середине	17		17
<b>3.</b>	<b>Элементы русского народного танца</b>	<b>50</b>		<b>50</b>
3.1	Упражнения у станка	25		25
3.2	Упражнения на середине зала	25		25
<b>4.</b>	<b>Областные особенности русского народного танца</b>	<b>22</b>	<b>10</b>	<b>12</b>
4.1	Виды народного искусства и формы его бытования в регионе	10	10	
4.2	Основная композиционная форма народной хореографии - карагод	12		12
<b>5.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>165</b>		<b>165</b>
5.1	Русский танец «Северные проходочки»	55		55
5.2	Русский танец «Смоленский гусачок»	55		55
5.3	Русский танец «Акулинка»	55		55
<b>6.</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>15</b>		<b>15</b>
6.1	Самостоятельное сочинение	15		15

	комбинаций из произвольных элементов			
	<b>Итого:</b>	<b>288</b>	<b>14</b>	<b>274</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЯТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Вводное занятие.

*Теория:* Цели и задачи программы «Народный танец» пятого года обучения. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Правила и законы народно-сценического танца.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### 2. Учебно-тренировочная работа.

#### 2.1. Элементы классического танца.

*Теория:* Техника - форс в прыжках и вращениях; эстетика рисунка и закономерность переходов рук из одного положения в другое; законы общей координации движений тела, ног, корпуса, головы и рук; законы равновесия - эстетика и техника.

*Практика:* Повторяется весь пройденный ранее материал, но в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями. Упражнения у станка для растяжки. Батман фразе на 45 градусов в позах круазе и эфасе. Ронд де жамб пар тер на деми плие. Батман фондю на 45 градусов. Батман сутеню носком в пол.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи классических музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

#### 2.2. Упражнения на середине (классика).

*Практика:* Маленькие позы эфасе вперед и назад, повороты на двух ногах на 180 градусов. Маленький пируэт сюр ле ку де пье - со 2 позиции. Прыжки: тан леве в комбинировании с другими прыжками. Па де ша - прыжок с броском ног вперед. Па ассамбле; па жете. Па балансе.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие.

### **3. Элементы русского народного танца.**

#### **3.1. Упражнения у станка.**

*Практика:* Полуприседания и полные приседания быстрые с подъемом на полупальцы, с наклонами корпуса. Полные приседания с поворотом коленей. Перевод ноги с носка на пятку с полуприседанием в момент возвращения ноги в позицию. Маленькие сквозные броски с проскальзыванием на опорной ноге. Круговые движения носком и пяткой по полу с полуприседанием и поворотом рабочей ноги; «восьмерка» с полуприседанием на опорной ноге в сочетании с растяжкой. Каблучные упражнения. Низкие и высокие развороты ноги: медленные и быстрые с подъемом на полупальцы. Дробные выстукивания. Упражнения с ненапряженной стопой «от себя» и «к себе» с ударом полупальцами работающей ноги. Подготовка к «веревочке»: с поворотом согнутой в колене ноги к станку и от станка; из выворотного положения в невыворотное и обратно. Зигзаги одинарные и двойные. Раскрывание ноги на 90 градусов с полуприседанием на опорной ноге; с ударом пяткой опорной ноги. Большие броски: с полуприседанием, с опусканием ноги на пятку, большие сквозные броски, большие броски с переступанием на работающую ногу и наклонами корпуса.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

#### **3.2. Упражнения на середине зала.**

*Практика:* Боковые ходы: с перескоком, с каблука, с подъемом на полупальцы, на перескоках с ноги на ногу. «Веревочка»: с переступанием на ребро каблука, с ударом ступней, с ковырялочкой с переступанием на каблуках, с прыжком. Движения на прыжковой подмене опорной ноги: подбивка с переступанием, подбивка «маятник», отбивные с шагом и ударом. Дробные движения. Вращения: на прыжке, на «моталочке», на дробях, «мельница», «кубарик».

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

### **4. Областные особенности русского народного танца.**

#### **4.1. Виды народного искусства и формы его бытования в регионе.** *Теория:*

Песенная традиция края. Инструментальная музыка фольклорной традиции. Народная хореография края. Устное народное поэтическое творчество. Народное декоративно-прикладное творчество. Понятие полиритмия. Местные особенности и характерные черты исполнения танцев Белгородской области.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (рассказ, прослушивание фольклорно-песенного материала), наглядный.

*Дидактический материал:* CD, DVD –записи народных праздников, обрядов, плясок: «Тимоня», «Акулинка». Фотоматериалы.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, праздник «Народные посиделки».

#### **4.2. Основная композиционная форма народной хореографии – карагод.**

*Теория:* Местные особенности и характерные черты исполнения карагодов.

*Практика:* Основная композиционная форма народной хореографии – карагод. Разучивание нескольких пересекающих ритмов с двойным и тройным форшлагом, соединение двух одинаковых ритмов с отставанием на половину такта. Женские движения: мелкие и быстрые покачивания корпусом, подергивания плечами вверх, вниз, вперед, назад, движения влево, вправо с наклоном головы на плечо, круговые движения руками впереди корпуса, удары обеими ладонями о землю и хлопки, прищелкивания пальцами одной или обеих рук. Мужские движения: полуприсядка, удары ногой об ногу в прыжке, попеременные притопы ногами перед собой, боковое движение быстрым шагом с прибавом, боковые движения с соскоком, хлопки руками по коленям, пяткам и другим частям тела.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

### **5. Постановочная работа.**

#### **5.1. «Северные проходочки».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Сочетание основных фигур «Круг», «Два круга рядом», «Круг в круге», «Корзиночка». Танцевальные движения: ходы русского танца с ударом носка, каблука, с хлопком, с поворотов. Исполнение движений быстро, плавно.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись русской народной песни «Северные проходочки».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

#### **5.2. «Смоленский гусачок».**

*Теория:* Танцевальные комбинации из изученных движений русского танца. Координация движения. Увеличение темпа исполнения движений. Дробь.

*Практика:* Увеличения темпа исполнения комбинаций: «моталочка»; в воздухе; «молоточки». Движения: «ключ» с двойной дробью, дробная «дорожка» с продвижением вперед и поворотом.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись русской народной песни «Смоленский гусачок».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

### **5.3. Русский танец «Акулинка».**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения. Особенности танцевальной лексики Белгородского региона.

*Практика:* Характер и манера исполнения танцевальных движений. Женский хороводный шаг. Женские движения рук в танце. Медленное изгибание в локтях рук, поочередно до уровня груди; движения плеч вместе с корпусом вперед и назад, движение руки в любом направлении, хлопки ладонями восьмыми длительностями, четвертями, хлопки скользящими движениями ладоней вверх и вниз.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись русской народной песни «Акулинка».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

**5.4. Русский танец «Белгородская улица».** *Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения. Особенности танцевальной лексики Белгородского региона.

*Практика:* Характер и манера исполнения танцевальных движений. Женский хороводный шаг. Женские движения рук в танце. Медленное изгибание в локтях рук, поочередно до уровня груди; движения плеч вместе с корпусом вперед и назад, движения рук в любом направлении, дробные выстукивания, повороты, переходы, движения в парах, в четвёрках, рисунки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись русской народной песни «Белгородская улица». *Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

## **6. Репетиционная работа.**

### **6.1. Самостоятельное сочинение комбинаций из произвольных элементов.**

*Практика:* соединение одних элементов с другими в различных сочетаниях и различном порядке в танцевальные комбинации. Работа над характером и манерой исполнения комбинаций, над взаимосвязью движений ног с движением головы,

корпуса, рук. Задания на самостоятельное сочинение комбинаций из пройденных элементов.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практическое занятие (самостоятельное сочинение движений и соединение в танцевальные комбинации).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ШЕСТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Разделы программы и темы занятий	Общее количество часов	В том числе:	
			теория	практика
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Народно-сценический танец.</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
2.1	Понятие «Народно – сценический танец», его возникновение.		2	
2.2	Танцевальные элементы народных танцев.			32
<b>3.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
3.1	Основные понятия в классическом танце.		2	
3.2	Экзерсис у станка и на середине.			32
<b>4.</b>	<b>Гимнастика.</b>	<b>34</b>		<b>34</b>
4.1	Упражнения на развитие гибкости и шага			34
<b>5.</b>	<b>Импровизация. Пластические этюды</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
5.1	Танцевальная импровизация на разнообразные музыкальные темы		4	26
<b>6.</b>	<b>Современная пластика</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
6.1	Движения современной пластики		2	32
<b>7.</b>	<b>Постановочная работа</b>	<b>96</b>		<b>96</b>
7.1	Украинский танец.			32
7.2	Сценическая форма танца «Тарантелла»			32

7.3	Молдавский танец.			32
<b>8.</b>	<b>Репетиционная работа</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>20</b>
8.1	Работа над синхронностью исполнения движений		4	20
	Итого:	<b>288</b>	<b>16</b>	<b>272</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ШЕСТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### **1. Вводное занятие.**

*Теория.* План и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила поведения и техники безопасности в танцевальном зале.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### **2. Народно-сценический танец.**

#### **2.1. Понятие «Народно – сценический танец», его возникновение.**

*Теория:* Государственный ансамбль танца И.Моисеева. Народно-сценический танец, как отражение характерных черт, национальных особенностей танцевальной культуры народов, их музыкальных ритмов.

#### **2.2. Танцевальные элементы народных танцев.**

*Практическая часть:* Приседания в характере украинского танца. Упражнение для развития подвижности стопы в характере русского танца. Подготовка к «веревочке» в характере матросского танца «яблочко». Танцевальные элементы русского народного танца: «веревочка», дробные выстукивания (ключ простой, двойной, трилистник); ходы, притопы, «ковырялочка» с подскоком, молоточки.

**Украинский танец:** положение рук (часто руки в танце обыгрывают детали костюма-ленты, венки, бусы); положение корпуса головы. Ходы и движения на месте: «бегунец», «дорожка плетенка», притопы, «голубцы» «выхилистник».

**Белорусский танец:** положение рук, ходы, притопы в три удара, подскоки с тройным переступанием на месте. **Эстонский танец:** положение рук, ходы, движения на месте (лёгкий бег, полька), переступания, притопы.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

### **3. Классический танец. Экзерсис.**

#### **3.1. Основные понятия в классическом танце.**

*Теория:* понятия в классическом танце: осанка, выворотность ног, гибкость, шаг, устойчивость, центр тяжести тела, позиции ног и рук, функции опорной и работающей ноги.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие

### **3.2.Экзерсис у станка и на середине.**

*Практика:* Экзерсис у станка: plie, battement tendys, battemend tendus jetes, ronds de janbe par terre, battemend fondues, battemend Develope, Grand battemend jetes. Все движения выполняются лицом к станку, поочередно с правой и левой ноги, для правильного усвоения выворотности ног – вперед и назад. Экзерсис на середине. Положение тела: en face, epaulement croise u epaulement efface. Port de bras (второе, третье); temps lie, первый, второй abesque. Подготовка к вращениям на месте, по диагонали. Прыжки (allegro): temps leve sauté (по 1,2,3 позициям), changement de pieds (по3 позиции), pas echarpe на вторую позицию.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие

### **4.Гимнастика (растяжка).**

#### **4.1.Упражнения на развитие гибкости и шага.**

*Теория:* Различные группы мышц, знание и возможность работы над развитием определенной группы мышц.

*Практика:* упражнения и движения на развитие гибкости, выворотности шага; расслабление и напряжение мышц тела, лежа на спине, в ритме дыхания; сокращение и вытягивание стопы (по 6-й и 1-й выворотной позициям); поднятие ног лёжа на спине по 1-й выворотной позиции; «складка»; «лягушка»; «лодочка»; «циркуль»; «корзинка»; «кольцо»; «кошечка»; «дощечка»; «ножницы»; боковые наклоны корпуса, сидя по 2-й широкой позиции; подъём и опускание поочередно ног, лежа на животе; броски (махи) ног поочередно по 4-8 раз.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

### **5.Импровизация. Пластические этюды.**

#### **5.1.Танцевальная импровизация на разнообразные музыкальные темы**

*Теория:* возможность самовыражения, самоутверждения, разобщенности в танце. Развитие артистичности, воображения, фантазии.

*Практика:* импровизация на разнообразные музыкальные темы: явления природы, поведение животных, на темы сказочных персонажей.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

## **6. Современная пластика.**

### **6.1. Движения современной пластики**

*Теория:* История зарождения современного танца, отражение в нём времени в котором он существует. Танцы: «Ретро», «диско», «Рок-н-ролл», «Твист», «шейк».

*Практическая часть:* Разучивание движений современной стилистики: «хип-хоп», «Рок-н-ролл»

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи эстрадных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

## **7. Постановочная работа.**

### **7.1. Украинский танец.**

*Теория:* Драматургия танца, сюжет (завязка, основное действие, кульминация, развязка, финал), композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце.

*Практика:* постановка танцевального номеров. Разучивание движений, комбинаций, ходов. Работа над рисунком танца. Медленный женский ход. Ход назад с остановкой на третьем шаге. «Верево́чка» простая и двойная. «Тыно́к» (перескок с ноги на ногу). «Выхиля́тник» с «угинанием». «По́хид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед). «Го́лубцы» с притопами. «Высту́пцы» (подбивание одной ногой другую). Позиции и положения ног. Позиции и положения рук. Положения рук в парном и массовом танце. Подготовка к началу движения. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские). Прито́пы. «Бе́гунец». «Го́лубец» на месте и с продвижением в сторону.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись украинских народных мелодий.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

### **7.2. Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла»**

*Теория:* Драматургия танца, сюжет (завязка, основное действие, кульминация, развязка, финал), композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце.

*Практическая часть:* Постановка танцевального номера. Разучивание движений, комбинаций, ходов. Работа над рисунком танца. Положение ног характерные для танца. Положение рук в танце. Движение рук с тамбурином. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад). Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте с продвижением назад. Бег тарантеллы на месте с продвижением вперед. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене. Перескоки с ноги на ногу. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте. Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой накрест другой.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись итальянской мелодии «Тарантелла».

Форма подведения итогов и оценки занятия: занятие-концерт.

### **7.3. Молдавский народный танец**

*Теория:* Драматургия танца, сюжет (завязка, основное действие, кульминация, развязка, финал), композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце.

*Практика:* Постановка танцевального номера. Разучивание движений, комбинаций, ходов. Работа над рисунком танца. Положение ног. Положения рук в сольном и массовом танцах. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением). Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади. Ход на одну ногу с прыжком. Боковой ход с каблука. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх в перекрещенное положение. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.

Вращение в паре внутрь и наружу на подскоках. Прыжок с поджатыми ногами. «Ключ» молдавский (носок - каблук, носок – каблук разными ногами, соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами). Тройные переборы ногами.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки, знакомство с костюмом), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальной композиции, творческие задания).

Дидактический материал CD- запись молдавской мелодии «Жок».

Форма подведения итогов и оценки занятия: занятие-концерт.

### **8.Репетиционная работа.**

#### **8.1.Работа над синхронностью исполнения движений.**

*Теория.* Правила поведения перед выходом, во время и после выступления на сцене. Внешний вид: прическа, макияж.

*Практика.* Работа над синхронностью исполнения движений. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (прослушивание и анализ музыки), практические (отработка движений в характере, самостоятельное соединение движений в танцевальные композиции, творческие задания).

Форма подведения итогов и оценки занятия: занятие.

## **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН СЕДЬМОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы программы и темы занятий</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>В том числе:</b>	
			<b>теория</b>	<b>практика</b>
<b>1</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
2.1	Терминология классических упражнений, поз, прыжков		2	
2.2	Экзерсис у станка и на середине.			30
<b>3.</b>	<b>Народно-сценический танец.</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
3.1	Танцы малых народов России, их быт и особенности танцевальной культуры.		2	
3.2	Танцевальные элементы народных танцев, характерные движения и ходы.			30
<b>4.</b>	<b>Гимнастика</b>	<b>20</b>		<b>20</b>
4.1	Упражнения на укрепление опорно-двигательного аппарата.			20
<b>5.</b>	<b>Современная пластика.</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
5.1	Знакомство с творчеством А.Духовой.		2	

5.2	Разучивание элементов и комбинаций современного танца.			22
<b>6.</b>	<b>Импровизация. Пластические этюды.</b>	<b>32</b>		<b>32</b>
6.1	Подготовка и показ этюдов.			32
<b>7.</b>	<b>Постановочная работа.</b>	<b>104</b>	<b>6</b>	<b>98</b>
7.1.	Русский танец «Махонька»		2	33
7.2.	Современный танец «Экспрессия»		2	33
7.3.	Белорусский танец «Крыжачок»		2	33
<b>8.</b>	<b>Репетиционная работа.</b>	<b>42</b>		<b>42</b>
8.1	Работа над сценическим образом.			22
8.2	Отработка танцевальных номеров.			20
	Итого:	<b>288</b>	<b>14</b>	<b>274</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ СЕДЬМОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### **1. Вводное занятие.**

*Теория.* План и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила поведения и техники безопасности в танцевальном классе.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### **2. Классический танец.**

#### **2.1. Терминология классических упражнений.**

*Теория:* Основные правила движения у станка. Расширение знаний о выразительных возможностях движений танца (согласованность и гармония в движениях рук, ног, корпуса, головы). Знание правил исполнения каждого вновь разучиваемого движения.

*Практическая часть:* закрепление основных классических поз выученных на 6 году обучения.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие

## **2.2.Экзерсис у станка и на середине.**

*Практика:* battements fondues с plie – releva на полупальцах; 3 port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на plie с растяжкой без перехлёста опорной ноги; demi rond de jambe (45 градусов) en dehors et en dedans на целой стопе; battements tondu в малых и больших позах; battements tondu jetes в малых и больших позах; позы малые и большие croisee et effasee; grands battements jetes pointes по 1,5 позиции.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие

## **3.Народно-сценический танец.**

### **3.1.Танцы малых народов России и мира.**

*Теория:* Танцы малых народов России, их быт и особенности танцевальной культуры (корякский, осетинский). Танцы народов мира (испанский, латиноамериканский).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

### **3.2.Танцевальные элементы народных танцев, характерные движения и ходы.**

*Практика:* Народные танцевальные элементы. Отрабатывание элементов русского танца (6 года обучения), разучивание новых (дробные выстукивания, подбивка, соскоки и вращения). Основные характерные движения корякского танца. Основные ходы и элементы испанского танца. Броски на 45 и 90 градусов.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

## **4. Гимнастика (растяжка).**

### **4.1.Упражнения на укрепление опорно-двигательного аппарата.**

*Практика:* Новые корректирующие упражнения в системе занятий. Упражнения и движения на развитие гибкости, выворотности, шага: расслабление и напряжение мышц тела, лежа на спине, в ритме дыхания; сокращение и вытягивание стопы (по

6-й и 1-й выворотной позициям); поднятие ног лёжа на спине по 1-й выворотной позиции; «складка»; «лягушка»; «лодочка»; «циркуль»; «корзинка»; «кольцо»; «кошечка»; «дощечка»; «ножницы»; боковые наклоны корпуса, сидя по 2-й широкой позиции; подъём и опускание поочередно ног, лежа на животе; броски (махи) ног поочередно по 4-8 раз.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

## **5. Современная пластика.**

### **5.1. Знакомство с творчеством А.Духовой.**

*Теория:* Ансамбль современного танца «Тодес». Просмотр видеоматериалов ансамбля «Тодес».

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений. Просмотр видеофильма концертных выступлений балета «Тодес».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное

### **5.2. Разучивание элементов и комбинаций современного танца.**

*Практика:* R'n'B –Танец. R'n'b расшифровывается как "ритм и блюз" -это характеристика музыки. Четкий ритм чередуется, соединяется с лирической составляющей. Это отражает танец. С одной стороны -из техники хип-хопа специфическое движение "кач". "Кач" -свободное ритмичное движение, сродни действию пружины, при этом изолированно сокращаются отдельные мышцы корпуса, в то время как остальные мышцы расслаблены и производят впечатление развязности. С другой стороны лирические напевы музыки танцующие выражают волнообразными, вращательными движениями. Верхний брейк или буги (boogie) - это такой вид танца, при котором все элементы выполняются стоя, в большей степени руками, и при этом руки и тело не касаются пола.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие.

## **6. Импровизация. Пластические этюды.**

### **6.1. Подготовка и показ этюдов.**

*Теория:* Подбор музыки, выбор темы учащиеся выполняют самостоятельно.

*Практика:* Подготовка и общий просмотр этюдных работ обучающихся.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие.

## **7. Постановочная работа.**

### **7.1. Русский танец «Махонька»**

*Теория:* Роль солиста в танцевальном номере. Работа с массовыми постановками.

*Практика:* Постановка массового танца. Разучивание танцевальных движений, комбинаций. Работа над синхронностью исполнения рисунка танца. Работа над выразительностью исполнения сольной партии. Виды танцевального бега. Боковые ходы: припадания - основной вид; с двойным ударом полупальцами; припадание - накрест; с каблука. «Веребочка» - основной вид; с ударом полупальцами; с переступанием на ребро каблука; с «ковырялочкой». «Моталочки» поперечные, накрест. Подбивки - основной вид; с переступанием. Усложненные дробные движения. Вращения: на полупальцах; на припадании; с подъемом на полупальцы одной и обеих ног; на подскоках; на беге; на галопе; на дробях. Прыжковые движения: с поджатыми ногами; с раскрыванием коленей в стороны; с одной согнутой в колене ногой. Упражнения для рук, корпуса, головы.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие

### **7.2. Белорусский танец «Крыжачок».**

*Практика:* Основные положения ног, рук, корпуса, головы. Основные движения: боковой ход с подбивкой, двойной и тройной притопы, ход с отбивкой, повороты с отбрасыванием ног назад, дробь с каблука и другие.

Основной ход танца «Крыжачок»: «голубец» с переступаниями, маленькие прыжки с выставлением ноги на носок, присядка по 6-й позиции с выдвиганием ноги на носок вперёд, присядка с закладкой на колено, парные вращения, «верёвочка» с переступаниями, кружение «припаданием» и другие. Подскоки на полупальцах по 6 позиции, перескоки из стороны в сторону, проскальзывание на одной ноге с ударом подушечкой стопы другой ноги. Подскоки с тройным переступанием на месте, шаг с двойным подскоком вращения в паре. Танцевальная культура Белоруссии: основные положения рук, корпуса, головы; основные движения женского танца, ходы и проходки.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* демонстрационный (показ движений педагогом под музыку), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

### **7.3. Джаз-модерн танец «Экспрессия».**

*Практика:* знакомство с позициями рук и ног в джаз-модерн танце выполнение demi plie, bt.tendu, bt.tendu jete, releve по параллельным и аут позициям с использованием позиций рук джазового танца; понятия “изоляция” (глубокая работа с мышцами различных частей тела) и “центры” (голова, плечи, грудная клетка, таз, руки, ноги-стопа, голеностоп), выполнение упражнений в “чистом” виде и в простейших комбинациях (крест, квадрат, круг, полукруг); разучивание “body roll” во всех направлениях; растяжка, с наклоном корпуса; Adagio по параллельным позициям; прыжки по параллельным позициям с поворотом по четвертям, половинкам и на 360 градусов; бег по диагонали с выбросом ног вперед вдоль пола, и с подскоком на опорной ноге на счет “4”; комбинация в смешанном стиле танца сочетания различных ритмов во время движения; координация движений рук, ног, головы при передвижении; соединение разогрева в единую комбинацию из нескольких движений; использование твистов торса, подъёмов и падений, - комбинация grand bt. в различные позы, с одновременным наклоном корпуса, в сочетании спинуэтами, с продвижением в пространстве; комбинации прыжков; развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи эстрадных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие

## **8.Репетиционная работа.**

### **8.1.Работа над сценическим образом.**

*Теория.* Ориентирование на сценической площадке.

*Практика* Отработка движений. Работа над точностью и артистичностью исполнения, выразительной передачей художественного образа.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие

### **8.2.Отработка танцевальных номеров.**

*Практика.* Работа над синхронностью исполнения движений. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке.

Форма проведения занятия: учебное занятие.

Приемы и методы занятия: словесный (прослушивание и анализ музыки), практические (отработка движений в характере, творческие задания).

Форма подведения итогов и оценки занятия: занятие.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВОСЬМОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Разделы программы и темы занятий	Общее количество часов	В том числе:	
			теория	практика
<b>1</b>	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Классический танец.</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
2.1	Терминология классических упражнений, поз, прыжков		2	
2.2	Экзерсис у станка			30
<b>3.</b>	<b>Народно-сценический танец.</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
3.1	Танцы народов России и мира, их быт и особенности танцевальной культуры.		2	
3.2	Танцевальные элементы народных танцев, характерные движения и ходы.			15
3.3	Вращения на середине зала.			15
<b>4.</b>	<b>Гимнастика</b>	<b>20</b>		<b>20</b>
4.1	Упражнения на укрепление опорно-двигательного аппарата.			20
<b>5.</b>	<b>Современная пластика.</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>
5.1	Знакомство с творчеством ансамблей детского эстрадного танца.		2	
5.2	Разучивание элементов и комбинаций современного танца.			22
<b>6.</b>	<b>Импровизация. Пластические этюды.</b>	<b>32</b>		<b>32</b>
6.1	Подготовка и показ этюдов.			32
<b>7.</b>	<b>Постановочная работа.</b>	<b>104</b>	<b>6</b>	<b>98</b>
7.1.	Русский танец «Чебатуха»		2	33
7.2.	Казачий танец «Молодычка»		2	33
7.3.	Испанский танец.		2	33
<b>8.</b>	<b>Репетиционная работа.</b>	<b>42</b>		<b>42</b>
8.1	Работа над сценическим образом.			22
8.2	Отработка танцевальных			20

	номеров.			
	Итого:	288	14	274

### **1. Вводное занятие.**

*Теория.* План и содержание работы на новый учебный год. Расписание занятий, правила поведения и техники безопасности в танцевальном классе.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение, рассказ).

*Дидактический материал:* таблицы (план эвакуации при пожаре).

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* беседа.

### **2. Классический танец.**

#### **2.1. Терминология классических упражнений.**

*Теория:* Основные правила движения у станка. Расширение знаний о выразительных возможностях движений танца (согласованность и гармония в движениях рук, ног, корпуса, головы). Знание правил исполнения каждого вновь разучиваемого движения.

*Практическая часть:* закрепление основных классических поз выученных на 6 году обучения.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ), практический (отработка методики и техники исполнения движений).

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие

#### **2.2. Экзерсис у станка**

*Практика:* 1. Plie по всем позициям с сопровождением движения руки, перегибанием корпуса, rout de bras 2. Battement tendu: а) в характере польского танца (муз. размер 3/4) 3. Battement tendu jete в) через balansoir с проскальзыванием на опорной ноге вперед назад 15 г) по первой прямой позиции с акцентом «от себя» и подскоком на одной ноге 4. Rond de jambe par terre: в) с сокращенным подъемом по воздуху на 45 ° г) «восьмерка» 5. Каблукное движение: в) с добавлением flic в момент возврата работающей ноги в позицию 6. Подготовка к «веревочке» а) с подъемом на полупальцы б) в характере венгерского танца: а) с опусканием на колено после прыжка б) с grand battement и поворотом на 80 ° 7. Battement fondu на 45 ° 8. Flic-flac: а) в сочетании с двумя переступаниями на полупальцах б) двойные мазки по полу в) «веер» 9. Pas tortilla – повороты стоп: а) двойные 10. Battement fondu: а) с плавным движением руки б) с перегибанием корпуса назад 11. Battement developpe на 90 ° а) в сочетании с piroites из пятой позиции б) в сочетании с воздушным turs (туром) 12. Grande battements jete на 90 ° а) с опусканием на колено б) с подведением ноги на passe 13. Первоначальное обучение присядок лицом к станку: а) с «ковырялочкой» б) с ударом стопой в пол д) «мяч» 14. Sapeado – выстукивания по очереди каблуками и полупальцами по первой прямой позиции в исп

*Дидактический материал:* таблицы («Позиции рук в классическом танце», («Позиции ног в классическом танце»), CD-записи музыкальных классических произведений П.И. Чайковского «Мазурка», «Ноктюрн»; Ф. Шопена «Классический танец», вальс «Си-минор», прелюдия «Ля-мажор»; Ф. Шуберта «Музыкальный момент».

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* зачетное занятие

### **3.Народно-сценический танец.**

#### **3.1.Танцы народов России и мира, их быт и особенности танцевальной культуры.**

*Теория:* Танцы народов России и мира, их быт и особенности танцевальной культуры (**греческий, осетинский**).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

#### **1.Танцевальные элементы народных танцев, движения и ходы.**

*Практика:* 1.Поклон в выбранном национальном характере. 2. Ускоренная «гармошечка» (без plie) в сочитании с degaje. 3. «Веребочки»: — простая, с подскоком на одной ноге, другая – на щиколотке впереди, исполняются развороты бедра; — простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены; — двойная, аналогично исполнению простой – 2 полугодие; — три веревочки и подскок с поджатыми ногами; — в сочетании со всевозможными приемами поворотов; — на основе национального характера. 4. «Моталочка» - «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте. 5. Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей. 6. Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей. 7. Ход с подбивкой и продвижением вперед. 8. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед. 9. Шаг-бег с наклоном в корпусе. 10. Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном корпуса (руки согнуты и движутся вдоль корпуса). 11. Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

#### **3.2.Вращения на середине зала**

*Практика:* 1.Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблочки (с выходом на двойное вращение на каблочках). 2. Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения. 3. Вращение на одной ноге с

открытой в сторону другой на 450, подъем сокращен – 1 полугодие, на 900 – второе полугодие. 4. Вращения с использованием движений из национальных танцев. 5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца. Вращения по диагонали зала 1. Shaine: - Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотной; - То же, с двойным вращением – 2 полугодие; - Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте. 2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 450 – 1 полугодие и 900 – 2 полугодие. 3. Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное). 4. Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад. Вращения в характере пройденных национальных танцев.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

#### **4. Гимнастика (растяжка).**

##### **4.1. Упражнения на укрепление опорно-двигательного аппарата.**

*Практика:* Новые корректирующие упражнения в системе занятий. Упражнения и движения на развитие гибкости, выворотности, шага: расслабление и напряжение мышц тела, лежа на спине, в ритме дыхания; сокращение и вытягивание стопы (по 6-й и 1-й выворотной позициям); поднятие ног лёжа на спине по 1-й выворотной позиции; «складка»; «лягушка»; «лодочка»; «циркуль»; «корзинка»; «кольцо»; «кошечка»; «дощечка»; «ножницы»; боковые наклоны корпуса, сидя по 2-й широкой позиции; подъём и опускание поочередно ног, лежа на животе; броски (махи) ног поочередно по 4-8 раз.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, игры тренинги.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение.

#### **5. Современная пластика.**

##### **5.1. Знакомство с творчеством ансамблей детского эстрадного танца.**

*Теория:* Ансамбли детского эстрадного танца.

Просмотр видеоматериалов ансамблей «Экситон», «Алиса».

*Форма проведения занятия:* учебное занятие, беседа.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений. Просмотр видеофильма концертных выступлений ансамблей детского эстрадного танца .

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие.

## **5.2. Разучивание элементов и комбинаций современного танца.**

### **6.Импровизация. Пластические этюды.**

#### **6.1.Подготовка и показ этюдов.**

*Теория:* Подбор музыки, выбор темы учащиеся выполняют самостоятельно.

*Практика:* Подготовка и общий просмотр этюдных работ обучающихся.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приёмы и методы занятия:* наглядный (словесное сопровождение движений под музыку), практический.

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи разнохарактерных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* наблюдение, учебное занятие

### **7. Постановочная работа.**

#### **7.1. Русский танец «Чебатуха»**

*Теория:* Драматургия танца, сюжет (завязка, основное действие, кульминация, развязка, финал), композиция, художественное воплощение музыкального материала в танце.

*Практика:* Постановка массового танца. Разучивание танцевальных движений, комбинаций. Работа над синхронностью исполнения рисунка танца. Работа над выразительностью исполнения сольной партии. Виды танцевального бега. Боковые ходы: припадания - основной вид; с двойным ударом полупальцами; припадание - накрест; с каблука. «Веребочка» - основной вид; с ударом полупальцами; с переступанием на ребро каблука; с «ковырялочкой». «Моталочки» поперечные, накрест. Подбивки - основной вид; с переступанием. Усложненные дробные движения. Вращения: на полупальцах; на припадании; с подъемом на полупальцы одной и обеих ног; на подскоках; на беге; на галопе; на дробях. Прыжковые движения: с поджатыми ногами; с раскрытием коленей в стороны; с одной согнутой в колене ногой. Упражнения для рук, корпуса, головы.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

#### **7.2. Казачий танец «Молодычка»**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* Элементы русского народного танца (характерные для казачьих плясок). 1. Раскрывание и закрывание рук: а) одной руки, б) двух рук, в) поочередное раскрывание рук, г) переводы рук из одного положения в другое. 2. Поклоны: а) на месте без рук и с руками, б) поклон с продвижением вперед и назад. 3. Шаг простой (бытовой); а) вперед с каблука, б) с носка. 4. Простой русский шаг; а) назад через полупальцы на всю стопу, б) с притопом и продвижением вперед, в) с притопом и продвижением назад. 5. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции, в перед и назад по 1-й прямой. 6. Шаг с притопом "в две ножки" - с припаданием на одну ногу и легким притопом другой ноги, по первой прямой позиции (на месте и с продвижением). 7. Подскоки на месте, с продвижением вперед и назад. 8. Боковой бег в правую и левую стороны (галоп). 9. Боковые перескоки по 1-й прямой позиции с переступанием. 10. Боковые перескоки по 3-й свободной позиции с переступанием и выносом ноги в перед на ребро каблука. 11. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу ( подготовка к дробям). 12. "Ковырялочка" с двойным притопом и тройным притопом. 13. Повороты на трех шагах в правую и в левую стороны. 14. "Ключ" простой (с переступаниями). 15. Хлопки и хлопущки (для мальчиков): одинарные, двойные, тройные - фиксирующие и скользящие удары (в ладоши, по бедру и по голенищу сапога). 16. Присядки (для мальчиков). а) подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям. б) Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям "Мячик". в) Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям, с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону. Трюковые элементы (шермиции) - упражнения с предметами (пика, сабля, нагайка). а) вращение пика двумя руками, на месте базовый элемент; б) вращение сабли ("восьмерка" перед собой), в) прыжки, через нагайку двумя ногами вперед и обратно. Танцевальные комбинации, этюды. Упражнения на ориентировку в пространстве: движение в колонны по одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре "через одного"; перестроение из одного

Элементы русского народного танца (характерные для казачьих плясок).

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* практические (творческие задания).

*Дидактический материал* CD- запись русской народной музыки «Молодычка»

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* занятие-концерт.

### **7.3. ИСПАНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

*Теория:* Особенности танцевального образа. Костюм. Манера и характер исполнения.

*Практика:* 1. Положения ног. 2. Положения рук. 3. Переводы рук в различные положения. 4. Ходы: а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское), б) удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в полуприседании, с последующими двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед). 5. Соскоки: а) в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание. б) в 1-ю, 4-ю прямые и 5-ю свободную позиции на полупальцы в полуприседание. 6. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в полуприседании (*pas balance*) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками. 7. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (*pas glissade*), в

координации с движением руки и наклоном корпуса. 8. Zarateado - поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции: а) удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблук и полупальцами, б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди. 9. Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса. 10. Движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.

*Форма проведения занятия:* учебное занятие.

*Приемы и методы занятия:* словесный (объяснение), наглядный (показ).

*Дидактический материал:* видео- и аудиоматериал: CD, DVD-записи народных музыкальных произведений.

*Форма подведения итогов и оценки занятия:* учебное занятие.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

### **Методическое обеспечение программы:**

-*таблицы:* «Позиция ног», «Позиция рук», «Положение ног», «Положение рук», «Положение корпуса», «Положение головы», «Положение кисти», «План зала» (для построения композиции танца и расположения танцующих) и др.;

-*музыкальные произведения («Народный танец»):* «Хорошенький, молоденький», «Матаня», «Акулинка», «Кадриль», «Смоленский гусачок», «Барыня», «Поддай балалайку», «Белолица, круглолица»; *авторские песни:* Н. Бакалейников «Вальс «Грусть», Г. Пономоренко «Ивушка»;

-*музыкальные произведения («Классический танец»):* Чайковский «Мазурка», «Ноктюрн», Шопен Ф. «Классический танец», вальс «Семинар», «Прелюдия ля-мажор», Шуберт «музыкальный момент»;

-*видеоматериалы:* выступления Государственного Академического русского народного хора им. Пятницкого (рук. Е.А. Пермякова), Государственного Академического ансамбля «Березка» им. Н.С. Надеждиной (рук. М.М. Кольцова), Государственного Академического ансамбля народного танца им. И. Моисеева, Государственного Академического ансамбля танца Сибири им. Годенко, Воронежского Государственного Академического народного хора. Просмотр видеофильма концертных выступлений детских ансамблей «Экситон», «Алиса».

### **Условия реализации программы:**

Важным условием выполнения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;

-музыкальная аппаратура, аудиозаписи;  
-специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером – коврик);  
-костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

## ЛИТЕРАТУРА

### *Для педагога:*

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца [Текст]/М.П. Базарова, Б.П. Мей. – Л.: Искусство, 1983. – 199 с.
2. Бекина С.Н., Ломова Т.П. Музыка и движения [Текст]/С.Н. Бекина, Т.П. Ломова. – М. «Просвещение», 1984. – 270
3. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность [Текст]/Л.Д. Блок. – М.: Искусство, 1987.-556 с.
4. Веретенников И.И. Белгородские карагоды [Текст]/И.И. Веретенников. – Белгород: Везелица, 1993. – 114 с.
5. Ваганова Л.Ф. Основы классического танца [Текст]/Л.Ф. Ваганова. – СПб.: Лань, 2000. – 158 с.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды [Текст]: учебн. пособие для вузов/ Гусев Г.П. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 232 с.
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка [Текст]/ Г.П. Гусев – М.: ВЛАДОС, 2002. – 207 с.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Движения и комбинации танца на середине зала [Текст]/ Гусев Г.П. – М.: ВЛАДОС, 2004. – 208 с.
9. Данелюк А.Я. Духовно-нравственное развитие и воспитание младших школьников [Текст]: методические рекомендации: пособие для учителей общеобразовательных учреждений: в 2-х ч. Ч.2 / А.Я. Данилюк - М.: Просвещение, 2011. - 142 с.
10. Денисова Ф. Народные танцы [Текст]/Ф. Денисова – М.: Профиздат, 1954. – 296 с.
11. Зязюн И.О. Основы педагогического мастерства [Текст]/И.О. Зязюн – М.: Просвещение, 1989.- 302 с.
12. Закон РФ Об образовании [Текст]: офиц. текст. – М.: Эксмо, 2011. – 41 с.
13. Иванченко В.Н. Занятия в системе дополнительного образования [Текст]/ В.Н. Иванченко. - Ростов-на-Дону: Учитель, 2007.- 288с.
14. Климов А.А. Основы русского народного танца [Текст]/А.А. Климов. - М.: Искусство, 1981.- 270 с.
15. Конвенция о правах ребенка [Текст]: офиц. текст. - М.: Кнорус,2001. – 32 с.

16. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца [Текст]/В.С. Костровицкая. – Л.: Искусство, 1981.-262 с.
17. Ладыгин Л.Р. Музыкальное оформление уроков танца [Текст]/Л.Р. Ладыгин. – М.: Просвещение, 1980. – 156 с.
18. Никулина В.И., Екимова Н.В. Организация внеурочной деятельности школьников [Текст]/ В.И. Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород: Изд-во БелРИПКППС, 2010. – 63 с.
19. Прибылов В.С. Методические рекомендации и программа по классическому танцу для самостоятельных хореографических коллективов [Текст]/ В.С. Прибылов. – М.: Просвещение», 1984. – 78 с.
20. Реан, А. А. Психология и педагогика : учеб. пособие для вузов [Текст]/ А. А. Реан, Н. В. Бордовская, С. И. Розум. - СПб. : Питер, 2008. - 432 с.
21. Селиванов В.С. Основы общей педагогики: Теория и методика воспитания: [Текст]: Учебное пособие / В.С. Селиванов – М.: Академия, 2004. – 336с.
22. Селиванов В.С. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность [Текст]/В.С. Селиванов. – М.: Академия, - 2000. – 624 с.
23. Устинова Т. Русские народные танцы [Текст]/Т. Устинова. – М.: Взгляд, 1960. – 264 с.
24. Устинова Т. Беречь красоту русского народного танца [Текст]/Т. Устинова. – М.: Молодая гвардия, 1959. – 103 с.

#### **Для воспитанников:**

1. Иова Е.П. Гимнастика под музыку [Текст]/ – М.: Просвещение, - 1984. – 167 с.
2. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца [Текст]/В.М. Пасютинская – М.: Просвещение, 1985. – 233 с.

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА** **образовательной программы дополнительного образования детей**

**Направленность:** художественно-эстетическая

**Вид образовательной деятельности:** художественное творчество

**Название программы:** «Народный танец»

**Сведения об авторе:** Пупынина Любовь Владимировна – педагог дополнительного образования муниципального образовательного учреждения «Районный Дом школьников Новооскольского района Белгородской области»

**Контактный телефон:** 8 (47233) 4-49-31

### **Аннотация программы**

**1. Возраст детей:** 5-17 лет

**2. Сроки реализации программы:** 8 лет

**3. Цель программы:** развитие творческих способностей личности через обучение народному танцу

### **Задачи программы:**

*Обучающие:*

- дать учащимся понятие об основах русского народного танца, показать многообразие его видов и различную манеру исполнения;
- обучить основным базовым танцевальным движениям и постоянно совершенствовать исполнительское и актерское мастерство;
- дать основы знаний региональных особенностей танцевальной и песенной культуры Белгородчины.

*Развивающие:*

- развивать творческие способности ребенка;
- развивать общую физическую подготовку;
- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность.

*Воспитательные:*

- формировать интерес к народной культуре, уважение к прошлому своего народа;
- воспитывать чувство коллективизма, ответственности, долга;
- формировать навыки общения в коллективе.

## Ожидаемые результаты

По окончанию 5 года обучения учащиеся *должны знать*:

- методику исполнения народно-сценического экзерсиса у станка и танцевальных движений и комбинаций на середине зала;
- жанры русского народного танца: хоровод и пляска, состоящих из различных видов: в жанре хоровода – орнаментальные и игровые; в жанре пляски – одиночная пляска, массовый пляс, кадрили, лансье, полька;
- виды народного искусства и формы его бытования в регионе.

*Должны уметь*:

- самостоятельно сочинять комбинации из пройденных элементов;
- применять полученные знания на практике;
- эмоционально и технически правильно исполнять концертные номера на сцене;
- освоить танцевальную лексику исполнения народно-бытовых танцев Белгородской области.

**4. Кадровое обеспечение программы:** педагог дополнительного образования МОУ ДОД «Районный Дом школьников Новооскольского района Белгородской области» Пупынина Любовь Владимировна

**5. Год разработки: 2005**

**Перечень методических приложений к программе:** видеоматериалы, аудиозаписи, электронные записи на CD носителях, тестовые задания, схемы обучения элементам движений танца.

**Статус программы:** модифицированная