

<p>Принято на педагогическом совете.</p> <p>Протокол № 1 От 29.08. 2019 г.</p>	<p>Утверждаю И.о. директора школы О.В.Жерновкова</p> <p>_____ Приказ № 121 от 29.08. 2019 г.</p>
--	--

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 117 с углубленным изучением иностранных языков»  
городского округа город Уфа  
Республики Башкортостан**

**Дополнительная образовательная программа  
танцевального кружка  
«Жемчужина»  
на 2019 - 2020 г.г.**

**Составитель:  
А.Д. Суворов.  
Педагог дополнительного  
образования**

Народный танец является одним из наиболее распространенных и древних видов народного творчества. Он возник на основе трудовой деятельности человека и тесно связан с различными сторонами народного быта, обычаями, обрядами, верованиями. В танце народ передает свои мысли, чувства, настроения, отношения к жизненным явлениям. Развитие русского народного танца тесно связано с историей русского народа. Каждая новая эпоха, новые политические, экономические, административные и религиозные условия отражались в формах общественного сознания, в том числе и в народном творчестве. Все это несло с собой известные перемены в быту русского человека, что в свою очередь накладывало отпечаток и на танец, который на многовековом пути своего развития не раз подвергался различным изменениям. Происходила эволюция танцевальных форм, отмирали старые и зарождались новые виды танца, обогащалась и видоизменялась его лексика.

В современной хореографии интерес к народным хореографическим традициям незаслуженно снижается, а активно пропагандируются новые формы танцевального искусства, популярные танцевальные стили и направления. Тенденция увлечения современными танцами позволяет удовлетворить естественную физическую потребность ребёнка в разнообразных формах движения, расширить его художественный кругозор, но это увлечение не несёт того огромного воспитательного воздействия на развитие личности ребёнка, как народный танец. Только использование ценностей народной культуры способствует формированию активной и полноценной личности, воспитанию у учащихся уважения к народной культуре. Обучение детей народному танцу является одним из средств воспитания через танец таких личностных качеств, которые характеризуют действительно культурного человека, гражданина своей страны, сохранения русских хореографических традиций. Народный танец предоставляет значительные возможности для приобщения детей к богатству танцевального народного творчества, воспитывает чувство любви и уважения к народному танцевальному творчеству. Он удивительно богат своими красками, разнообразием движений, композиционных построений и форм (хороводы, кадрили, переплясы, пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). Его развитие тесно связано со всей историей русского народа, его бытом и обычаями. Народный танец близок детям, и благодаря богатству образов, танцевального языка, мелодиям, знакомству с культурой, национальными особенностями, народными обрядами, традициями, народным костюмом представляет собой ценнейший материал для художественного развития детей. Для русского народного танца характерны: широта движения, удаль, особенная жизнерадостность, поэтичность, сочетание скромности и простоты с большим чувством собственного достоинства. Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Жемчужина» разработана с учетом комплексного развития личности учащихся на основе следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172 14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41)

**Новизна и оригинальность** программы заключается в поиске новых форм обучения народному танцу, с использованием региональных особенностей народного танца и личного практического опыта работы педагога в области хореографии. Главным основанием для построения такой программы выступает ориентация на дифференциацию и индивидуализацию детей, что позволяет реализовать принцип личностной ориентации в образовательном процессе через определенные условия, способствующие развитию детей с разными образовательными возможностями и потребностями. Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, дает возможность овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу.

Программа «Жемчужина» соответствует **художественной направленности** и рассчитана на детей с разной степенью подготовки и склонности к танцевальному искусству.

**Цель программы** - сохранение культурных традиций России через обучение детей народному хореографическому искусству и их активное творческое развитие.

#### **Задачи образовательной программы**

- обучить детей основам народного танца;
- способствовать поддержанию танцевальной формы и дальнейшее развитие исполнительского мастерства;
- поддерживать мотивацию к самосовершенствованию в исполнении народных танцев;
- приобщать к мировой художественной культуре через углубленные познания танцев народов мира.

**Отличительная особенность** программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса. Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Занятие предполагает постепенное увеличение физической нагрузки на организм ребёнка и сопровождается объяснением, показом движений, самостоятельной работой, анализом. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть.

Основное место отводится практической репетиционной работе. Занятие строится по следующему плану:

- поклон
- разминка
- упражнения на середине зала
- танцевальные движения
- индивидуальные сольные трюки
- поклон

Программа «Жемчужина» рассчитана на 3 года обучения.

На каждый год обучения предлагается определенный минимум умений, навыков по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам хореографического искусства:

- азбука музыкального движения;
- элементы классического танца;
- основы народного танца;
- репетиционная работа и
- концертная деятельность

В первый раздел включены ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмическое развитие учащихся. На первом году обучения они строятся на шаге и беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве и времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит на элементах танцевальных движений.

Во втором разделе вводятся элементы классического танца, упражнения которого подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке, укрепляют мышцы.

В третий раздел включены элементы народного танца, включены танцы разного характера. Использование различных танцев позволяет развивать координацию ног, корпуса, рук. Постановочная и репетиционная работа пронизывает весь образовательный процесс и имеет целью эстетическое воспитание, развитие творческих и актерских способностей учащихся, понимание содержательности танцевального образа. В процессе постоянной практики дети сами приходят к выводу, что хореография – это содержательное искусство, требующее умения, техники, выразительности. Исполнение должно быть естественным, предлагаемый материал – соответствовать не только техническим возможностям учащихся, но и учитывать их возрастную психологию.

Программа предназначена для детей в возрасте от 11 до 12 лет.

Пятый год обучения – дети 11-12 лет,

Индивидуальные занятия – Усманова Розалина,

Индивидуальные занятия – Байзуллина Дарья,

Индивидуальные занятия – Титова Юлия,

Индивидуальные занятия – Подгайна Екатерина.

Набор в объединение осуществляется по результатам просмотра.

Принимаются все желающие физически здоровые дети, имеющие склонность к танцевальной деятельности. Необходимо также заключение врача поликлиники об отсутствии противопоказаний к занятиям. В объединение принимаются мальчики и девочки.

Занятия проводятся:

для группы 5 года обучения 2 раза в неделю по 2 часа - 144 часа в год;

для Усмановой Розалины 1 раз в неделю по 1.5 часа – 54 часа в год;

для Байзуллиной Дарьи 1 раз в неделю по 1.5 часа – 54 часа в год;

для Титовой Юлии 1 раз в неделю по 1 часу – 36 часов;

для Подгайной Екатерины 1 раз в неделю по 1 часу – 36 часов.

Количество детей в группе 12 человек.

Для подведения итогов реализации данной программы используются разнообразные методики: промежуточная и итоговая аттестация, выступления на различных площадках, открытые занятия, участие в смотрах и конкурсах различного уровня. По окончании обучения по данной программе учащиеся могут продолжить заниматься в других хореографических коллективах, а также, заниматься народной хореографией профессионально.

**Формы совместной деятельности:**

Групповая;

Индивидуальная;

Индивидуально групповая;

Ансамблевая.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие, тренировка, репетиция, конкурс, концерт, фестиваль, творческая встреча, соревнование. В процессе реализации дополнительной общеобразовательной программы у учащегося формируются следующие компетенции.

**Учебные компетенции:**

- Организовывать процесс изучения и выбирать собственную траекторию образования.
- Решать учебные и самообразовательные проблемы.
- Связывать воедино и использовать отдельные части знания.
- Извлекать пользу из образовательного опыта.

**Сотрудничество:**

- Принимать решения.
- Устанавливать и поддерживать контакты.
- Справляться с разнообразием мнений и конфликтами.
- Вести переговоры.
- Сотрудничать и работать в команде.

**Личностно - адаптивные компетенции:**

- Использовать новую информацию.
- Придумывать новые решения.
- Быть упорным и стойким перед трудностями.
- Быть подготовленным к самообразованию и самоорганизации.

**По окончании пятого года обучения дети должны знать:**

- правила и логику построений из одних рисунков в другие;
- логику поворота вправо и влево;
- соотнесение пространственных построений с музыкой;
- музыкальные размеры;
- такт и затакт;
- танцевальную терминологию;
- навыки актерской выразительности,
- основные движения народного танца: «ковырялочка», «моталочка»,
- «гармошка», «молоточек»;
- правила постановки ног и положение рук, головы у станка.

**должны уметь:**

- распознавать характер народной музыки;
- исполнять элементы русского танца – хоровода, перепляса;
- исполнять фигуры хоровода на переменном шаге («цепочка», «звездочка», «корзиночка»);
- исполнять переменный шаг;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- исполнять навык легкого шага с носка на пятку;
- изображать в танцевальном шаге художественный образ;
- выражать образ в разном эмоциональном состоянии.

**По окончании индивидуального обучения Усманова Розалина и Байзуллина Дарья должны знать:**

- положение «стоя боком к станку»;
- правила постановки рук;
- особенности хороводных и быстрых плясовых ритмов, русских танцев.

**должны уметь:**

- закрывать руку, заканчивая движение в адажио;
- выполнять навык выворотного положения ног «пятка против носка»;
- правильно исполнять присядочные движения в русском танце (для мальчиков);
- акцентировать шаг на первую долю такта;
- слышать и понимать значение аккордов.

**По окончании индивидуального обучения Титова Юлия и Подгайная Екатерина должны знать:**

- понятие о динамических оттенках музыки;
- правила исполнения движений народного танца;
- подготовительное движение рук;
- положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое;
- основные движения танцев народов мира.

**должны уметь:**

- исполнять движение на мелодию с затактовым построением;
- уметь правильно открывать и закрывать руку на талию;

- исполнять простейшие дроби русского танца, сочетающие ударные и безударные движения;
- танцевать простейший украинский, молдавский, греческий танец;
- исполнять русский танец на следующих движениях: переменный ход,
- веревочка, притопы, ключ простой, дробный, припадания;
- выполнять простые и сложные хлопущки, присядки, вращения (для девочек), разножки (для мальчиков).

### **Способы проверки ожидаемых результатов**

#### **5 год обучения**

1. Первичный контроль, который поможет увидеть уровень подготовленности детей и определить сферу их интересов.
2. Метод наблюдения (когда оценка определяется педагогом).
3. После изучения каждой темы на практических занятиях показать, какие приобрели навыки танцевальной деятельности на середине зала.
4. В середине года и в конце – промежуточный мониторинг образовательных результатов.

#### **Индивидуальные занятия для Усмановой Р. и Байзуллиной Д.**

В середине года и в конце – промежуточный мониторинг образовательных результатов в виде зачета по темам:

1. Упражнение у станка.
2. Русский народный танец.
3. Танцевальные композиции.

#### **Индивидуальные занятия для Титовой Ю. и Подгайной Е.**

В середине года - промежуточный мониторинг, а в конце года – итоговый мониторинг образовательных результатов по умению самостоятельной постановки танцевального номера:

1. Постановка развернутой композиции.
2. Умение создать сценический образ.
3. Постановка законченного танца.

## II. Учебный план

№п/п	Название разделов			
		5 г.об.	Инд. занятия	Инд. занятия
1.	Введение в программу	2	-	-
2.	Вводное занятие	-	2	2
3.	Азбука музыкального движения	22	8	6
4.	Элементы классического танца	26	10	8
5.	Основы народного танца	72	16	10
6.	Репетиционная работа и концертная деятельность	22	14	6
7.	Итоговое занятие	2	2	2
8.	Промежуточная аттестация	2	2	1
9.	Итоговая аттестация			1
10.	Всего часов	144	54	36



### **III. Содержание программного материала 5 года обучения**

#### **1. Введение в программу**

Беседа с детьми о целях и задачах, о содержании и форме занятий в объединении. Внешний вид и форма одежды для занятий. Инструкция по технике безопасности. Практика. Разминка. Основные упражнения разминки.

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

*Теория.* Мелодия и движение. Темп. Музыкальные размеры.

Контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика построений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Такт и затакт.

*Практика.* Музыкально – пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте (строевые), продвижение на углах, с прыжком (вправо и влево). Фигурная маршировка с перестроениями: из колонны в шеренгу и обратно; из одного круга в два и обратно; продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), звездочка, конверт. Танцевальные шаги (с носка на пятку) с фигурной маршировкой. Танцевальные шаги в образах (оленья, журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птички). Выделение сильной доли.

#### **3. Элементы классического танца**

*Теория.* Знания и навыки. Специфика танцевального шага и бега. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Положение ног и рук.

*Практика.* Упражнения у станка. Постановка корпуса (в выворотной позиции, лицом к станку, со второго полугодия – держась одной рукой за станок). Позиции ног – 1, 2, 3. Позиции рук – подготовительная, 1, 2, 3 (разучивается на середине, при неполной выворотности ног), затем держась одной рукой, стоя боком к станку. ДЕМИ ПЛИЕ – складывание, сгибание, приседание, развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног; изучается лицом к станку по 1, 2,3-й позициям. БАТМАН ТАНДЮ – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъеме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается лицом к станку по 1, 3-й позициям, вначале в сторону, вперед, в конце года – назад).

#### **4. Основы народного танца**

*Теория.* Сюжеты и темы некоторых танцев. Особенности народных движений. Характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах, рисунки хороводов.

*Практика.* Русский танец. Положение рук – 1, 2, 3 – на талии. Шаги танцевальные, с носка: простой шаг вперед; переменный шаг вперед. Притоп – удар всей стопой; шаг с притопом в сторону; тройной притоп. Припадания на месте с продвижением в сторону: исходная, свободная 3-я позиция;

подтянувшись на полупальцы поставленной назад ноги, упасть на другую ногу в полуприседание, затем опять подняться на полупальцы. То же с продвижением в сторону. Выведение ноги на каблук из свободной 1-й позиции, затем приведение ее в исходную позицию. «Веревочка», «Гармошка», «Ковырялочка» - поочередные удары в сторону одной ногой носком в закрытом положении и ребром каблука в открытом положении, без подскоков.

#### **5. Репетиционная работа**

Отработка танцевальных движений. Постановка народных танцев. Танцевальная импровизация. Концертные выступления.

#### **6. Промежуточная аттестация. Тестирование.**

Беседа о пройденном материале, показать, какие приобрели навыки танцевальной деятельности на середине зала. Репетиция изученных танцев.

#### **7. Итоговое занятие**

Отчётный концерт коллектива. Выступление перед родителями.

### **III. Содержание программного материала индивидуальных занятий для Усмановой Р. и Байзуллиной Д.**

#### **1. Вводное занятие**

*Теория.* Беседа о целях и задачах второго года обучения. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Просмотр видеоматериалов концертных выступлений коллектива «Жемчужина», известных коллективов народного танца.

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

*Теория.* Особенности метроритма, чередование сильной и слабой долей такта. Медленные хороводные и быстрые плясовые русские народные танцы.

*Практика.* Акцентировка на сильную долю такта в шагах.

Вступительные аккорды.

#### **3. Элементы классического танца**

*Теория.* Повторяются в более ускоренном темпе упражнения 1-го года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног, икры и колена. Подготовительное движение руки. Закрывание руки. Прыжки.

*Практика.* Повторяются упражнения у станка. Постановка корпуса. Позиции ног – 1, 2, 3, 5, позднее 4. Позиции рук – подготовительная, 1, 2,3; исполнение на середине, при неполной выворотности ног, у станка. Простые комбинации движений у станка. ДЕМИ ПЛИЕ В 1, 2, 3, 5-й позициях (вначале лицом к станку, позднее боком к станку, держась одной рукой). Музыкальный размер 4./4, темп – анданте. БАТМАН ТАНДЮ – с 1-й позиции, в сторону, вперед, позднее назад. Размер 2/4, темп – модерато. БАТМАН ТАНДЮ – с 5-й позиции, в сторону, затем вперед, позднее назад (вначале лицом к станку, позднее стоя боком к станку, держась одной рукой). БАТМАН ТАНДЮ С ДЕМИ ПЛИЕ – с 1-й позиции. Позднее с 5-й (раздельно, слитно). Размер 2/4, темп – анданте.

#### **4. Основы народного танца**

*Теория.* Упражнения у станка и на середине - подготовка к более четкому исполнению народных движений (каблучные движения, присядки для мальчиков). Источники народных тем, сюжетов, движений, их связь с образом жизни народа. Народный костюм. Правила народных движений, основные координации и характерные рисунки и ходы русских танцев.

*Практика.* Станок. Упражнения на середине. Повторение элементов русского народного танца. Положение рук, положение ног. Положение рук в групповых танцах в фигурах: звездочка, круг, карусель, корзиночка, цепочка. Поклоны. Ходы: простой шаг с продвижением вперед и назад. Притоп – удар всей стопой. Дроби (дробная дорожка) - мелкая непрерывная дробь, с ординарным ударом каблука на месте, с продвижением. «Гармошка» – одновременные повороты обеих стоп из свободной позиции в 1-ю закрытую и обратно, с продвижением в сторону. Припадания на месте. С продвижением в сторону. С поворотом на  $\frac{1}{4}$  «Ковырялочка» – без подскока и с подскоком. «Молоточки» – удар полупальцами в пол, от колена в прямом положении, с подскоком на другой ноге; на месте, с продвижением. Для мальчиков – хлопушки (одинарные) – в ладоши, по бедру, по голени. «Ключ» – дробный, простой. Полная присядка – разучивание у станка, с переходом на середину. Вращение на подскоках по два подскока на  $\frac{1}{2}$  круга.

#### **5. Репетиционная работа**

Совершенствование навыков народного танца. Постановка танцев. Концертная деятельность. Участие в смотрах и конкурсах.

#### **6. Итоговое занятие**

Отчётный концерт коллектива «Жемчужина».

#### **7. Промежуточная аттестация. Тестирование**

### **Содержание программного материала индивидуальных занятий Титовой Ю. и Подгайной Е.**

#### **1. Вводное занятие.**

*Теория.* Знакомство воспитанников с целями и задачами 3-го года обучения. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика.* Просмотр видеоматериалов о коллективе «Жемчужина».

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

*Теория.* Динамические оттенки в музыке. Лад (минорный, мажорный). Ритмические рисунки в движении.

*Практика.* Упражнения на развитие музыкальности (осуществляются непосредственно на занятиях классикой и народным танцем).

#### **3. Элементы классического танца**

*Теория.* Основные правила движений у станка.

*Практика.* Повторяются упражнения у станка. Дополнительно: БАТМАН ТАНДЮ ЖЕТЕ – натянутые движения с броском из 1-й позиции, развивают упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава;

изучается лицом к станку (в сторону второй позиции). Размер 2/4, характер четкий, темп – модерато.

#### **4.Репетиционная работа**

*Практика.* Постановка русских народных танцев. Концертная деятельность. Участие в смотрах и конкурсах. Совершенствование мастерства.

#### **5. Итоговое занятие**

Творческий отчет перед родителями.

#### **6. Промежуточная и итоговая аттестация. Тестирование.**

### **V. Методическое обеспечение программы**

#### *Знания, умения навыки*

- освоение особенностей русского танца различных областей России
- усвоение стиля и манеры исполнения танцев образовательной программы;
- овладение техническим мастерством;
- овладение ритмическими рисунками и трюковыми движениями;
- усвоение сценических вариантов танцевальных номеров;
- овладение репертуаром ансамбля

#### *Воспитание и развитие учащихся*

- воспитание толерантной личности;
- развитие эстетического вкуса;
- расширение познания в области танцевальных культур танцев народов мира;
- привитие стремления к сохранению и развитию танцевального наследия;
- развитие творческого потенциала учащихся через реализацию их балетмейстерских работ в ансамбле.

Для реализации программы применяются следующие *методы*:

#### *СЛОВЕСТНЫЕ МЕТОДЫ:*

1. Устное изложение характерных особенностей танцевальной культуры изучаемой национальности;
2. Беседы о традициях, условиях быта, рода занятий разных народов;
3. Сравнительный анализ жанровых особенностей танцевальных культур разных стран.

#### *НАГЛЯДНЫЕ МЕТОДЫ:*

1. Просмотр видеоматериалов, иллюстраций различных профессиональных коллективов народного танца;
2. Показ, исполнение педагогом практического материала;
3. Наблюдение;
4. Работа по образцу с видеоматериала.

#### *ПРАКТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ:*

1. Экзерсис у станка и на середине зала;
2. Тренировочные упражнения;

3. Танцевальные элементы, комбинации, этюды;
4. Разучивание концертного номера;
5. Выступление на сцене.

*ОБЪЯСНИТЕЛЬНО – ИЛЛЮСТРАТИВНЫЕ МЕТОДЫ:*

1. Учащиеся воспринимают готовую информацию;
2. Учащиеся усваивают готовую информацию.

*РЕПРОДУКТИВНЫЕ МЕТОДЫ:*

1. Учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

*ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ МЕТОДЫ:*

1. Самостоятельные творческие постановки этюдной формы;
2. Самостоятельная работа над поиском теоретического материала о различных национальностях.

В течение первого года обучения широко используется игровой метод обучения с учётом возраста детей (5-12 лет). Движения сравниваются с движениями животных из сказок, т.е. руки – крылья бабочек, а «прыжок» – коза; простая дробь – стучим к медведю в берлогу. В этом возрасте необходимо проявлять особую чуткость и внимание, заинтересовать воспитанников искусством хореографии и пониманием необходимости приложения труда для освоения основ танцевальной грамотности. Наряду с тренировочными движениями, включаются изобразительные и выразительные движения, близкие детям и способные настроить их на исполнительскую деятельность. На первом году обучения закладывается фундамент для исполнительских качеств. В течение второго года обучения, дети овладевают рядом знаний и навыков, дающих возможность создания репертуара, построенного на характерных шагах и элементах народного танца. Создаются веселые задорные танцы, построенные на подскоках, шагах и изобразительных движениях. В течение третьего года обучения, дети закрепляют основные навыки танцевальной азбуки, увеличивая запас движений русского танца. Создается репертуар. Завершается первоначальное хореографическое образование детей. Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

*Подготовительная часть занятия.*

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе.

Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

*Методические особенности.* Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

*Основная часть занятия.* Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций. Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы народного танца; танцевальные комбинации; постановочная работа.

*Методические особенности.* На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

*Заключительная часть занятия.* Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость.

*Методические особенности.*

В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у детей чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

*Оценка эффективности занятий*

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ребенок за учебный год все то, что должен был освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка детьми танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения.

Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым ребенком, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу. В конечном итоге, успех обучения характеризуется участием ребят в концертах, где они могут показать уровень профессиональной обученности.

*Материально-техническое и дидактическое обеспечение занятий.*

Важным условием выполнения учебной 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),
- библиотека по методике преподавания народных танцев;
- видеоаппарата.

## Список литературы

*для педагогов:*

1. Барышникова Т. И. Азбука хореографии. - М., 2000.
2. Богданов А.Г. Урок русского народного танца. - Уфа, 1978.
3. Васильева Е.К. Танец. – М.: Искусство, 1968.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца – экзерсис на середине зала.
5. Захаров Р.П. Радуга русского танца. – М.: Искусство, 1999. издательство «Искусство»1967
6. Ильина С.К. «ЖИЗНЬ В ТАНЦЕ» Москва «Советская Россия» 1982
7. Кауль Н. Н. Как научить танцевать. - Ростов, 2004.
8. Климов А.А. Основы русского народного танца. - М., 1994.
9. Красовская В.М. История русского балета. - Л.,1978.
10. Мерцалов М.Н. «ПОЭЗИЯ НАРОДНОГО КОСТЮМА» издательство «Молодая гвардия» 1988
11. Остапенко С.В. Русский народный танец. - Ставрополь, 2006.
12. Плетнев Л. Павлова Т. Линия танца. Книга 1 и 2 –М., 1995.
13. Программы для внешкольных учреждений. Просвещение, М., 1981.
14. Ритмика + пластика. Учебное пособие. Липецк. 1986.
15. Сайтов С.С. «ТАНЕЦ ЛИКУЮЩИЙ» Башкирское книжное издательство, Уфа 1968
16. Степанова Л.Л. «ТАНЦЫ НАРОДОВ МИРА» издательство «Искусство» Москва 1967
17. Ткаченко Т. «НАРОДНЫЕ ТАНЦЫ» Москва «Искусство» 1975 I и II части
18. Устинова Т.П. Русский народный танец. - М., 1976.
19. Учебное издание. Программы для внешкольных учреждений. – М., Просвещение ,1998.
20. Учебно-методическое пособие. СГПИ. 2006.
21. Чефранова А. Н. «О ВНУТРЕННЕЙ ТЕХНИКЕ АРТИСТА БАЛЕТА» 37
22. Эльяш Н. Образы танца. - М., Знание. 1979.

*для детей:*

1. Бекина С.И. Музыка и движения. - М.: Просвещение,1983.
2. Блок Л.Б. Классический танец. История и современность. - М., 1987.

3. Годенко М. Мастер танца. - Красноярск, 1997.
4. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. - М., 2003.
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца – упр. у станка.
6. Заикин И.И. Областные особенности русского народного танца. Орёл, 1999.
7. Климов А.А. Русский народный танец. Учебное пособие. - М., 1996.
8. Лисицкая Т. Пластика. Ритм. Физкультура и спорт.- М., 1987.
9. Лихеев Л Музыкальный словарь в рассказах. М., 1986.
10. Основы русского народного танца. – М.: МГУКИ .1998.
11. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967.

**Тесты для пятого года обучения  
по дополнительной модифицированной образовательной программе**

По ритмике

- 1.Порядок действия разминки на середине зала?
  - а) голова, плечи, руки, корпус
  - б) руки, корпус, плечи, голова
  - в) голова, корпус, руки, плечи
- 2.Название основного шага польки?
  - а) шаг с притопом
  - б) подскоки
  - в) приподания
- 3.С чего начинается занятие?
  - а) с разучивание танца
  - б) с разминки
  - в) с поклона

По классическому танцу

- 1.Сколько позиций рук?
  - а) 5
  - б) 3
  - в) 5 и подготовительное положение
- 2.Сколько позиций ног?
  - а) 1
  - б) 3
  - в) 5
3. Точки зала?  
45
  - а) эфасе
  - б) анфас (прямо), круазе
  - в) круазе, анфас, эфасе

По народному танцу

- 1.Сколько позиций рук?
  - а) 1



б) 2

в) 3

2. Сколько позиций ног?

а) 5

б) 3

в) 2

3. Основной шаг русского танца?

а) вальсовая дорожка

б) шаг с притопом

в) подскоки

Система оценивания

Правильный ответ – 1 балл

Не правильный ответ – 0 баллов

8-9 баллов – высокий уровень

6-7 баллов – выше среднего

4-5 – средний уровень

Ниже 4 – низкий уровень