

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ШКОЛА ИСКУССТВ ИМ. М. А. БАЛАКИРЕВА  
Г. О. ТОЛЬЯТТИ**

**«РАССМОТРЕНО»**

на заседании  
Методического совета  
Протокол № \_\_\_\_\_  
От \_\_\_\_\_

**«СОГЛАСОВАНО»**

заместитель директора  
по УР

**«УТВЕРЖДАЮ»**

директор

\_\_\_\_\_   
приказ № \_\_\_\_\_  
От \_\_\_\_\_

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**«НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»**

**(срок обучения 3 года)**

**составитель преподаватель Вергазова Диана Раисовна**

**2020 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая общеразвивающая программа с является составной частью комплексной общеразвивающей программы в области хореографического искусства. Программа составлена на основе действующей в ШИ им. М. А. Балакирева программы «Народно - сценический», а также «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области музыкального искусства» Министерства культуры РФ.

Общеразвивающая программа «Народный танец» направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца. Программа по предмету «Народный танец» находится в тесной взаимосвязи с другими предметными областями хореографического искусства: «Классика», «Подготовка концертных номеров».

## ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Цель программы** - художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством обучения народно-сценическому танцу, развитие у обучающихся интереса к истории, традициям, культуре танцев народов мира; развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм в соответствии с ФГТ, выявление наиболее одарённых детей в области хореографического исполнительства и подготовка их к поступлению на обучение по предпрофессиональным программам, а также определение особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и создание условий, способствующих освоению ими образовательной программы и их адаптации в образовательном учреждении.

### Основные задачи:

- знание основ терминологии;
- знание основных элементов и основных комбинаций народных танцев;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- развитие детской эмоциональной сферы, воспитание музыкального, эстетического вкуса, интереса и любви к танцу и классической музыке, желания слушать и исполнять ее;
- укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащегося;
- приобретение учащимися опорных знаний, умений и способов хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую базу для последующего самостоятельного знакомства с хореографией, самообразования и самовоспитания;
- развитие музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства метроритма, музыкальной памяти;
- развитие внимания, воли и памяти ученика, выработка твердости характера, трудолюбия, настойчивости, упорства, умения выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения;
- умение планировать свою домашнюю работу;
- умение осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью;
- умение давать объективную оценку своему труду;
- формирование навыков взаимодействия с преподавателями, концертмейстерами и участниками образовательного процесса;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению и художественно-эстетическим взглядам, пониманию причин успеха/неуспеха

собственной учебной деятельности, определению наиболее эффективных способов достижения результата;

- реализация системы мероприятий по социальной адаптации детей с ОВЗ;
- обеспечение доступности дополнительного образования, социализация детей с ОВЗ, формирование навыков социального поведения и коммуникативных качеств личности;
- оказание консультативной и методической помощи родителям, законным представителям, тьюторам детей с ОВЗ по образовательным вопросам.

### **ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, ЕГО МЕСТО И РОЛЬ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

В последние годы учреждения дополнительного образования (музыкальные школы, школы искусств, художественные школы) одной из приоритетных задач ставят всестороннее, общеэстетическое развитие личности учащихся. Школы дополнительного образования должны способствовать пробуждению интереса к искусству, к его пониманию, анализу, формированию эстетического вкуса, практических умений и развитию творческих способностей.

Общеразвивающие программы в области искусств должны способствовать эстетическому воспитанию граждан, привлечению наибольшего количества детей к художественному образованию.

Настоящая программа обеспечивает развитие творческих способностей подрастающего поколения, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Программа реализуется посредством:

- личностно-ориентированного образования, обеспечивающего творческое и духовно-нравственное самоопределение ребенка, а также воспитания творчески мобильной личности, способной к успешной социальной адаптации в условиях быстро меняющегося мира;

- вариативности образования, направленного на индивидуальную траекторию развития личности;
- обеспечения для детей свободного выбора общеразвивающей Программы в области того или иного вида искусств, а также, при наличии достаточного уровня развития творческих способностей ребенка, возможности его перевода с дополнительной общеразвивающей программы в Области искусств на обучение по предпрофессиональной программе в Области искусств.

В современных учебных учреждениях, реализующих дополнительные общеразвивающие программы для детей разновозрастной категории, одной из самых популярных и распространенных направленностей является художественная. Значительный интерес по данной направленности посвящен разнообразным танцам. Наиболее популярны русские народные танцы. В последнее время все большую известность и популярность приобретают танцы других этносов. В основном это искусство народов, населяющих родной регион и населяющих СНГ, но также изучаются танцы, исполняемые в более отдаленных уголках нашей планеты.

#### **Актуальность и педагогическая целесообразность программы.**

Любое танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, разносторонней развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Народно-сценические танцы совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье, улучшают координацию, гибкость, чувство ритма, умение работать в коллективе. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, исправлению физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося.

Кроме того, что дети изучают русский народный танец, и сами, являющиеся представителями разной национальной принадлежности, изучают танцевальную культуру Поволжья.

В процессе реализации данной программы происходит гармоническое развитие личности ребенка посредством народно-сценического танца. При обучении используется метод «возвратно-поступательного» развития, применяются дидактические приемы «от простого к сложному». В процессе освоения программы расширяется и углубляется круг изучаемых материалов: культура, традиции, игры, которые применяются во многих танцах.

Учитывая физиологические особенности обучающихся, занятия танцами начинаются с раннего школьного возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка уже достаточно окреп для физических нагрузок, но еще гибкий и восприимчивый для развития необходимых навыков и умений в области хореографии.

Освоение программы способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

С целью привлечения наибольшего количества детей к художественному образованию, обеспечения доступности художественного образования срок освоения общеразвивающей программы составляет 3 года.

## **ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ, ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому учащемуся с учётом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы при изучении народного танца в рамках общеразвивающей образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

### **ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ, НА КОТОРЫХ РАССЧИТАНА ПРОГРАММА**

Программа рассчитана на обучающихся, поступающих в школу в возрасте от 7 лет.

### **СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Данная программа рассчитана на 3 года обучения.

### **ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

Форма обучения по данной программе – очная. На основании положения «Об организации дистанционного обучения в МБУ ДО ШИ им. М. А. Балакирева г. о. Тольятти в отдельные периоды времени» освоение учебного предметов и курсов возможно с использованием **дистанционной формы обучения.**

## ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ, ПРЕДУСМОТРЕННЫЙ УЧЕБНЫМ ПЛАНом ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ НА РЕАЛИЗАЦИЮ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с учебным планом, на предмет «Народный танец» отводится:

Количество часов в неделю	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения	
	1	2	1	2	1	2
	полугодие (16 уч. недель)	полугодие (18 уч. недель)	полугодие (16 уч. недель)	полугодие (18 уч. недель)	полугодие (16 уч. недель)	полугодие (18 уч. недель)
	32	36	32	36	32	36

из расчета - 2 часа в неделю.

### СВЕДЕНИЯ О ЗАТРАТАХ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ

Вид учебной работы (нагрузки)	Затраты учебного времени						Всего часов
Годы обучения*	1-й год		2-й год		3-й год		
Количество недель	16	18	16	18	16	18	
Аудиторные занятия	32	36	32	36	32	36	204
Самостоятельная работа	32	36	32	36	32	36	204
Максимальная учебная нагрузка	64	72	64	72	64	72	408

### СВЕДЕНИЯ О ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ЗАНЯТИЙ

Продолжительность одного урока составляет 40 минут.

### СВЕДЕНИЯ О ФОРМАХ ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ АУДИТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

Реализация учебного плана по предмету «Народный танец» проводится в форме мелкогрупповых и групповых занятий. Максимальное количество учащихся в группе – 14 человек.



## **ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Народный танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

Предлагаемая в программе сетка часов не является единственно возможным вариантом распределения часов по темам курса. Педагог может сам варьировать количество часов на изложение того или иного раздела программы, а также порядок изучения тем.

***Первый год обучения***

<b>№</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Количество часов</b>
1	<b>Основные позиции ног народного танца.</b> прямые (1,2,3,4,5) свободные (1,2,3,4,5) закрытые (1,2)	4
2	<b>Позиции и положения рук.</b> позиции (1,2,3) руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии. обе руки скрещены в локтях, кисти лежат на талии. обе руки согнуты в локтях. обе руки согнуты в локтях и заложены за спину.	4
3	<b>Подготовительные позиции рук</b> 1-е положение - обе руки согнуты в локтях, раскрыты в стороны. 2-е положение.	6
4	<b>Русский народный танец</b> основное положение ног (1,2,3, свободное, 1 и 2 закрытое) основное положение рук. положение рук в парных и массовых танцах. поклон в русском танце.	8
5	<b>Элементы танца.</b> раскрывание и закрывание рук, притопы. шаги с каблука, с носка. Боковой шаг на всей стопе. «Гармошка», «Елочка». Припадание в сторону.	6

	Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробям)	
6	<p>Подскоки на месте с продвижением вперед, вокруг себя.</p> <p>«Веревочка» - простая.</p> <p>«Ковырялочка» - простая.</p> <p>«Ковырялочка» с двойным притопом</p> <p>«Ключ» - простой</p>	6
7	<p><b>Разучивание упражнений у станка.</b></p> <p>Demi et grand plie. Приседания, полуприсед.</p> <p>Battement tendu</p> <p>Выдвижение стопы на носок</p> <p>Battement tendu jete</p> <p>Маленькие броски.</p> <p>Подготовка чечетки (флик - фляк)</p>	6
8	<p><b>Разучивание движений башкирского танца.</b></p> <p>трилистик</p> <p>основной шаг</p> <p>пластика рук.</p>	6
9	<p><b>Белорусский народный танец. Положения рук:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-положения рук в сольном танце</li> <li>-положения рук в массовых и парных танцах</li> <li>-подготовка к началу движения.</li> </ul> <p><b>Элементы танца «Крыжачок»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-притопы одинарные.</li> <li>-подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.</li> <li>- тройные подскоки на двух ногах по первой прямой позиции</li> <li>- простые подскоки на месте и с продвижением</li> </ul>	8

	<p>вперед и назад</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной ход «Крыжачка»</li> <li>- поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.</li> </ul> <p>-Тройные притопы с поклоном.</p>	
10	Уральский бег (по кругу в парах, по одному)	4
11	<b>Разучивание каблучной дроби.</b>	2
12	<p><b>Раскрытый этюд - (русский на середине)</b></p> <p>медленная часть (шаги, припадания)</p> <p>быстрая часть (ключ, дроби, ковырялочка)</p>	4
13	<b>Контрольные уроки</b>	4
		Всего: 68 часов

### ***Второй год обучения***

<b>№</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Количество часов</b>
1	<p><b>Упражнения у станка.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-большие и маленькие приседания по 1-й, 2-й, 3-й позициям ног;</li> <li>- скольжение стопой по полу;</li> <li>-маленькие броски;</li> <li>- выведение ноги на каблук по 3-й позиции ног вперед и назад;</li> <li>-круговые скольжения по полу;</li> <li>- подготовка к «веревочке» с поворотом работающей ноги в закрытом положении и обратно;</li> </ul>	12

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка к «чечетке» в открытом положении вперед, в сторону, назад;</li> <li>- дробное выстукивание в русском характере;</li> <li>- большие броски с падением на работающую ногу;</li> <li>- растяжка у станка;</li> </ul>	
2	<p><b>Элементы русского народного танца.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- припадание с поворотом ;</li> <li>- «ключ» двойной на подскоках;</li> <li>- двойная «веревочка» с поочередными переступаниями;</li> <li>- «ковырялочка» с большим броском ноги;</li> <li>- каблучная дробь с двух ног;</li> <li>- дробные движения (простая дробь на месте, тройная, дробная «дорожка»);</li> <li>- «маятник « в прямом положении.</li> </ul>	12
3	<p><b>Белорусский народный танец «Крыжачок»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основной ход танца «Крыжачок» с поворотом;</li> <li>- «веревочка» с переступаниями;</li> <li>- прыжки с выведением ноги на носок на приседании;</li> <li>- кружение с припаданием</li> </ul>	12
4	<p><b>Украинский народный танец</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- позиции и положения ног;</li> <li>- позиции и положения рук;</li> <li>- положения рук в парном и массовом танце;</li> <li>- подготовка к началу движения;</li> <li>- притоп;</li> </ul>	12

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- простые поклоны на месте без рук и с руками;</li> <li>- шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене;</li> <li>- «веревочка» простая с переступанием в повороте;</li> <li>- «бигунец», «голубец» на месте и с продвижением;</li> </ul>	
5	<p><b>Итальянский сценический танец «Тарантелла»</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положения ног характерные для танца;</li> <li>-положение рук в танце;</li> <li>-движения рук с тамбурином:</li> <li>а) удары пальцами и тыльной стороной ладони;</li> <li>б) мелкие непрерывные движения кистью «трель»;</li> <li>-скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге;</li> <li>-шаг с ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте и с продвижением;</li> <li>-бег «Тарантеллы» на месте и с продвижением.</li> </ul>	16
6	Контрольные, итоговые уроки.	4
		Всего:68 часов

*Третий год обучения*

№	Наименование темы	Количество часов
1.	<p><b>Упражнения у станка</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- большие и маленькие приседания по 1-й, 2-й, 3-й позиции ног;</li> <li>- скольжение стопой по полу;</li> <li>- маленькие броски;</li> <li>- выведение ноги на каблук;</li> <li>- круговые скольжения по полу;</li> <li>- подготовка к «веревочке»;</li> <li>- выстукивания в русском характере;</li> <li>- подготовка к «чечетке»;</li> <li>- большие броски с падением на работающую ногу.</li> </ul>	16
2.	<p><b>Русский народный танец</b></p> <p>Элементы танца.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-боковые перескоки с ударами полупальцев в пол;</li> <li>-боковые перескоки с ударом каблука впереди стоящей ноги;</li> <li>- «ключ» с двойной дробью</li> <li>- дробная дорожка с продвижением и с поворотом;</li> <li>- двойная дробь на месте, с поворотом;</li> <li>- дробь на три ножки;</li> <li>- «моталочка» с задеванием пола каблуком, с акцентом на всю стопу, с задеванием пола полупальцами, с задеваниями пола поочередно</li> </ul>	16

	полупальцами и каблуками.	
3	<b>Украинский народный танец.</b> -медленный женский ход; - ход назад с остановкой на третьем шаге - «веревочка» двойная; - «тынок» (перескоки с ноги на ногу); - «выхилиястник»; - поочередные удлиненные прыжки вперед; - «голубцы» с притопами; - «выступцы», подбивание одной ноги другой; - «разножка» в сторону на бедро каблука (для мальчиков); - «ястреб» прыжок с поджатыми ногами по 1-й, позиции ног.	16
4	<b>Молдавский народный танец.</b> - положение ног; - ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением); - положение рук в сольном и массовом танцах; - бег (ноги отбрасываются назад); - боковой ход на одной ноге; - припадания со сменной позиции; - ход на одну ногу с прыжком; - боковой ход с каблука; - выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.	16
5	Контрольные, итоговые уроки.	4
		Итого: 68 часов



## ГODOVЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Содержание программы изложено поэтапно, в развитии - от простого к сложному.

Изложение материала носит рекомендательный характер, что даёт преподавателю возможность применить творческий подход в обучении детей классическому танцу с учетом особенностей психологического и физического развития детей, их природных способностей.

### 1 год обучения

#### *Задачи:*

1. Познакомить с основными позициями и положениями рук, ног
2. Положение головы и корпуса во время исполнения простейших комбинаций.
3. Освоение простейших элементов народного танца.
4. Освоение элементов русского танца.
5. Развитие элементарных навыков координации движений.
6. Разучить простейшие комбинации у станка.
7. Освоение элементов белорусского танца.
8. Разучить мужские движения русского народного танца.
9. Закрепить и продолжить разучивание элементов русского танца.
10. Разучить каблучную дробь.
11. Закрепить и продолжить разучивание элементов мужского русского танца.

#### *Позиции ног:*

##### 1. Пять прямых:

- 1-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;
- 2-я - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

- 3-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;
- 4-я - обе стопы поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;
- 5-я - обе ноги поставлены по одной линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

## 2. Пять свободных:

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

## 3. Две закрытые:

- 1-я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;
- 2-я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

## ***Позиции и положения рук:***

### **1. Семь позиций:**

- 1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й, 3-й позициям рук классического танца
- 4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии, большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.
- 5-я - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

- 6-я - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.
- 7-я - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии.

**2. Подготовительное положение** - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

**1-е положение** - обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

**2-е положение** - обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

*Русский народный танец.*

**Основные положения ног:**

1. Позиции ног 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

**Основные положения рук:**

1. Подготовительное, первое и второе.
2. Подготовка к началу движения.
3. Положение рук в парных и массовых танцах

Элементы танца

**Раскрывание и закрывание рук:**

- а) одной руки
- б) двух рук,
- в) поочередные раскрывания рук,
- г) переводы рук в различные положения.

**Поклоны:**

- а) на месте без рук и с руками,
- б) поклон с продвижением вперед и отходом назад.

**Притопы:**

- а) одинарные

(женские, мужские)

б) тройные

### **Перетопы тройные**

#### **Простой шаг:**

а) вперед с каблука

б) с носка

#### **6. Простой русский шаг:**

а) назад через полупальцы на всю стопу

б) с притопом и продвижением вперед

в) с притопом и продвижением назад.

7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

8. «Гармошка»

9. «Елочка»

10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции:

а) вперед и назад по 1-й прямой позиции.

11. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям)

12. Бег на месте с продвижением вперед и на полупальцах.

13. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

14. «Веревочка» простая

15. «Ковырялочка» с двойным притопом:

а) с тройным притопом

16. «Ключ простой (с переступаниями)

17. Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары):

а) в ладоши,

б) по выбору,

в) по голенищу сапога.

#### **Присядки (для мальчиков).**

1. Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям.

2. Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позициям.
3. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям.
4. Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям, с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

## **2 год обучения**

### **ЗАДАЧИ:**

1. Изучить элементы у станка в характере различных национальностей.
2. Продолжить изучение элементов русского танца.
3. Изучить движения белорусского танца «Крыжачок»
4. Изучить элементы украинского народного танца.
5. Разучивание итальянского сценического танца «Тарантелла».
6. Выучить основные элементы танца.

### **I. Упражнения у станка:**

1. Пять открытых позиций ног - аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения (preparation):
  - а) движение руки,
  - б) движение руки и координации с движением ноги.
3. Переводы ног из позиций в позицию:
  - а) скольжение стопой по полу (battments tendus)
  - б) броском работающей ноги на  $35^0$
  - в) поворотом стоп
4. Приседания по 1-й, 2-й, 3-й открытым позициям (музыкальный размер 3/4, 4/4).
  - а) полуприседания (demi - plie)
  - б) полное приседание ((grand - plie)
5. Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).
6. Упражнение с напряженной стопой (battments tendus) из 1-й прямой позиции на каблук (музыкальный размер 3/4, 4/4).

- а) с полуприседанием (demi plie) на опорной ноге
  - б) с полуприседанием в исходной позиции.
7. Выведение ног на каблук 1-й, 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4).
- а) с полуприседанием на опорной ноге
  - б) с полуприседанием в исходной позиции
8. Маленькие броски (battments tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8)
- а) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание;
  - б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги; в) с полуприседанием на опорной ноге; г) с двойными бросками.
9. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной (музыкальный размер 2/4, 4/4)
- а) в открытом положении на всей стопе
  - б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.
10. Подготовка к «чечетке» (Flik flak), мазки подушечной стопы по полу от себя и к себе (музыкальный размер 2/4, 4/4)
- а) в прямом положении вперед одной ногой,
  - б) двумя ногами поочередно.
10. Большие броски с опусканием на колено на расстоянии стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4) из 1-й прямой позиции,
- б) с шага, лицом к станку.

## **II. Элементы русского народного танца.**

- припадание с поворотом, - «ключ» двойной на подскоках,
- двойная «веревочка» с поочередными переступаниями, - «кавырялочка» с большим броском ноги.
- каблучная дробь с двух ног,

- дробные движения (простая дробь, на месте, тройная, дробная «дорожка»)

- «Маятник» в прямом положении.

### **Белорусский народный танец «Крыжачок»**

1. Основной ход танца «Крыжачок» с поворотом.

2. «Веревочка» с переступаниями.

1. Присядка с выведением ноги на носок перед собой на полуприседании.

2. Кружение с припаданием.

### **IV. Украинский народный танец.**

1. Позиции и положения рук.

2. Позиции и положение ног.

3. Положение рук в парном и массовом танце.

4. Подготовка к началу движения.

5. Притоп.

6. Простые поклоны на месте без рук и с руками.

7. «Веревочка» простая, с переступанием, в повороте.

8. «Бигунец», «голубец», на месте и с продвижениями.

### **Итальянский сценический танец «Тарантелла».**

#### **Элементы танца**

1. Положения ног, характерные для танца.

2. Положения рук в танце.

3. Движения рук с тамбурином:

а) удары пальцами и тыльной стороной ладони.

б) мелкие непрерывные движения кистью «трель».

4. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге.

5. Шаг с ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте и с продвижением.

6. Бег «Тарантеллы» на месте и с продвижением.

7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.

### 3 год обучения

#### ЗАДАЧИ:

1. Дальнейшее изучение у станка более сложных элементов.
2. Разучить движения, требующие более сложных исполнений и силовой нагрузки.
3. Продолжить разучивание более сложных элементов русского народного танца.
4. Дальнейшее изучение движений украинского танца.
5. Разучивание молдавского народного танца.
6. Элементы танца.
- 7.

#### I Упражнения у станка.

1. Большие и маленькие приседания по 1-й, 3-й позициям ног.
2. Скольжение стопой по полу (**battments tendus**) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски (**battments tendus jetes**):
  - а) с двумя ударами стопой работающей стопы по 5-й открытой позиции вперед, в сторону, назад,
  - б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,
  - в) сквозные по 1-й открытой позиции (**balanonirs**) с ударом каблуком опорной ноги с полуприседанием.
4. Круговые скольжения по полу
  - а) одинарные
  - б) двойные
5. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из открытого положения в открытое на 45°
  - а) на всей стопе,



б) с подъемом ноги на полупальцы.

6. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.

7. Подготовка к «чечетке» в открытом положении вперед, в сторону, назад.

8. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:

а) на ногу открытую на носок в сторону или назад,

б) с шага,

в) с прыжка.

9. Большие броски с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

а) с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги

б) с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

### **Прусский народный танец**

#### Элементы танца.

1. Боковые перескоки с ударами полупальцев в пол.

2. Боковые перескоки с ударом каблука впереди стоящей ноги.

3. «Ключ» с двойной дробью.

4. Дробная дорожка с продвижением впереди и с поворотом.

5. Двойная дробь на месте, с поворотом.

6. Дробь на три ножки.

7. «Моталочка» с задеванием пола каблуком, с акцентом на всю стопу, с задеванием пола полупальцами и каблуками.

### **III Украинский народный танец.**

1. Медленный женский ход.

2. Ход назад с остановкой на третьем шаге.

3. «Веревочка» двойная.

4. «Тынок» (перескоки с ноги на ногу).

5. «Выхилиястник»

6. Поочередные прыжки вперед.
7. «Голубцы» с притопами.
8. «Выступцы», подбивание одной ноги другой.
9. «Разножка» в сторону на ребро каблука (для мальчиков).
10. «Ястреб» прыжок с поджатыми ногами по 1-й позиции ног.

#### **IV Молдавский народный танец.**

##### Элементы танца

1. Положения ног.
2. Ход с подскоком(на месте, с поворотом, с продвижением).
3. Положение рук в сольном и массовых танцах.
4. Бег (ноги отбрасываются назад).
5. Боковой ход на одной ноге.
6. Припадания со сменной позиции.
7. Ход на одну ногу с прыжком.
8. Боковой ход с каблука.
9. Выбросы крест-накрест с подскоком на одной ноге.

#### **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

Результатом освоения учебной программы «Народно-сценический танец» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;

- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;
- владение техникой исполнения программных движений как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;
- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;
- применение знаний основ физической культуры и правил охраны здоровья.

## **ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК**

Проверка результатов обучения (контроль) является обязательным компонентом образовательного процесса. Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости (аттестации) является систематичность и учёт индивидуальных особенностей обучаемого.

### **Цели проводимой аттестации**

- установление соответствия уровня подготовки учащегося на определённом этапе обучения требованиям рабочей программы;
- определение перспективности и направленности дальнейшего развития творческих возможностей обучаемого, планирование дальнейших мероприятий – предупреждающих или корректирующих.

Оценка качества реализации программы "Классический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачётах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов.

Контрольные уроки, зачёты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации учащихся определяются образовательной организацией. Итоговая аттестация проводится в форме выпускного просмотра, контрольного урока, концерта.

## **Виды аттестации**

Программа предусматривает следующие виды аттестации:

- текущая аттестация;
- промежуточная аттестация;

**Текущий контроль знаний**, умений и навыков происходит на каждом уроке в условиях непосредственного общения с учащимися.

Текущий контроль и учёт успеваемости происходит посредством накопления баллов (оценок) в течение периода обучения (четверть, полугодие, год).

**Промежуточная аттестация** - это оценка уровня умений и навыков, сформированных у обучающегося на определенном этапе обучения, проводимая в конце полугодия и учебного года. Проводится во время урока в счёт аудиторного времени, предусмотренного на учебный процесс. Рекомендуется в 6 полугодии провести итоговый зачёт, оценка по которому заносится в свидетельство об окончании школы.

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости является систематичность и учёт индивидуальных особенностей обучаемого.

## **Формы аттестации**

**Формы текущего контроля:**

- урок

**Форма промежуточной аттестации - контрольный урок.**

На усмотрение преподавателя может быть использована другая форма контрольного урока – класс – концерт, концерт, просмотр и т.д..

## График аттестации

Год обучения	I полугодие	II полугодие
1	<b>Декабрь</b> <b>промежуточная аттестация</b> - контрольный урок	<b>Май</b> <b>промежуточная аттестация</b> - контрольный урок
2	<b>Декабрь</b> <b>промежуточная аттестация</b> - контрольный урок	<b>Май</b> <b>промежуточная аттестация</b> - контрольный урок
3	<b>Декабрь</b> <b>промежуточная аттестация</b> - контрольный урок	<b>Май</b> <b>промежуточная аттестация</b> - контрольный урок (итоговый зачёт)

### Контрольные требования на разных этапах обучения

#### 1 год

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;
- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- уметь танцевать в ансамбле;
- оценивать выразительность исполнения.

#### 2 год

По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- грамотно, музыкально выразительно исполнять программные движения (умение свободно координировать движения рук, ног, головы, корпуса);
- владеть сценической площадкой;

- анализировать исполнение движений;
- знать об исполнительских средствах выразительности танца (выразительности рук, лица, позы);
- определять по звучанию музыки характер танца;
- термины и методику изученных программных движений;
- уметь грамотно пользоваться методикой при выполнении движений.

### 3 год

По окончании третьего года (всего курса) обучения учащиеся должны знать и уметь:

- грамотно и выразительно исполнять программные движения и элементарные комбинации;
- сочетать пройденные упражнения в несложные комбинации;
- анализировать выполнение заданной комбинации;
- анализировать и исправлять допущенные ошибки;
- воспринимать разнообразие музыкально-ритмических рисунков;
- анализировать исполнение движений;
- знать о танцевальных средствах выразительности;
- знать термины изученных движений;
- знать методику изученных программных движений.

### Критерии оценки

Оценка	Критерии оценивания
5	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
4	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);

3	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
2	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

Обучение народному танцу должно быть поэтапным, весь курс должен быть разделен на периоды по рациональному принципу не следует спешить, не надо давать ученикам непосильные физические нагрузки. Особо пристальное внимание следует уделить подготовке на первом году обучения. От этого во многом зависит будущее учеников, это этап их формирования.

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

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

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребёнка, всесторонне расширяя его кругозор



в области хореографического творчества, в частности учебного предмета «Народно-сценический танец».

С первых уроков ученикам полезно рассказать об истории возникновения и развития народной хореографии; о балетмейстерах, композиторах, выдающихся педагогах и исполнителях; наглядно демонстрировать качественный показ того или иного движения; использовать ряд методических материалов (книги, картины, гравюры и видео материал), цель которых - способствовать восприятию лучших образцов народно-сценического наследия на примерах русского и зарубежного искусства; помочь в самостоятельной творческой работе учащихся. В развитии творческого воображения значительную роль играет посещение балетных спектаклей, просмотр видеоматериала.

Урок по народно-сценическому танцу должен быть всегда целенаправлен и методически выстроен, поэтому важным в процессе подготовки учащихся является формирование двигательного аппарата, развитие актерских способностей, освоение характера и манеры исполнения движений, чтобы в дальнейшем легко, без напряжения передавать на сцене яркую палитру народных танцев.

Экзерсис народного танца у станка, особенно в начале обучения, выстраивается не сразу: постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации; новое движение разучивается, как правило, лицом к станку, исполняется с одной, затем с другой ноги - важно достигнуть правильности исполнения движения, давая определенную нагрузку на мышцы, суставы и связки.

На основе изученных элементов и движений у станка постепенно выстраиваются танцевальные комбинации на середине зала, которые в дальнейшем усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса, головы, исполняются с продвижением в разных направлениях и комбинируются с другими элементами танца.

Не следует включать в один урок слишком много танцевального материала. Важно от занятия к занятию логично переходить от одного движения к другому, усложняя и развивая технику исполнения, танцевальность. Лишь при условии постепенности и последовательности в обучении вырабатывается сила, выносливость учащихся, а также приобретаются навыки и умения, позволяющие передавать характерные особенности того или иного танца. С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приёмов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу.

При проведении урока преподаватель должен донести до исполнителей все нюансы изучаемого хореографического материала. Важную роль и процессе обучения играет музыкальное сопровождение, являющееся основой каждого занятия. При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

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

#### **При подготовке к уроку необходимо:**

- Наметить новые примеры (упражнения) в соответствии с задачами каждой части урока для дальнейшего укрепления и совершенствования накопленных знаний и навыков учащихся.
- Определить новый материал (предусмотренный программой, в том числе, танцевальный) для изучения.
- Вводить новый материал в различные комбинированные задания.
- Определить совместно с концертмейстером соответствующий характер музыкального сопровождения каждой части урока.

Готовясь к очередному уроку, надо также предусматривать, логику и форму подачи материала, при этом, затрагивая не только вопросы исполнительской техники, но и темы творчества, искусства танца, музыки и т.д.

Залогом успеха любого творческого коллектива является хорошо поставленная и правильно проводимая учебная работа. Данная программа предназначена для обучения детей основам классического танца и направлена на совершенствование физического и личностного развития ребенка. При этом всех детей необходимо учить в равной мере, разделение на более или менее способных может быть только на индивидуальных занятиях или в процессе работы над концертным репертуаром.

Основными принципами обучения являются:

- **последовательное и постепенное развитие**\_- весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному: при переходе из класса в класс происходит последовательное усложнение упражнений экзерсиса. Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, расширяя его кругозор в области хореографического творчества, в частности, учебного предмета «Классика»;
- **постепенное увеличение физической нагрузки** происходит с учетом психологических, физических и возрастных особенностей детей;
- **целенаправленность** - строгое следование поставленным целям и задачам, непрерывное повышение уровня исполнения и целенаправленной умственной деятельности учащегося, устремляющего свою волю, внимание, память на выполнение поставленной перед ним конкретной задачи;
- **гибкость** – возможность изменений (уменьшения или увеличения количества упражнений), предусмотренных программой комплексов упражнений на основе анализа возможностей данных учеников;

- **учёт индивидуальных особенностей ученика:** интеллектуальных, физических, музыкальных и эмоциональных данных, уровня его подготовки;
- **укрепление здоровья учащихся,** исправление физических недостатков, таких, как: сколиоз, плоскостопие, «завернутость» стоп, вальгус, слабый мышечный тонус и т.д., создание прекрасной физической формы тела учащегося, поддержание и совершенствование ее; создание условий для исправления физических недостатков и укрепления здоровья - важнейшего качества танцевального экзерсиса.

С первых занятий учащимся необходимо рассказывать об истории возникновения хореографического искусства, о балетмейстерах, композиторах, выдающихся педагогах и исполнителях, наглядно демонстрировать качественный показ того или иного движения, использовать ряд методических материалов (книги, картины, гравюры, видео материал), цель которых – способствовать восприятию лучших образцов классического наследия на примерах русского и зарубежного искусства, помочь в самостоятельной творческой работе учащихся. В развитии творческого воображения и интереса к занятиям играют значительную роль посещение балетных спектаклей, просмотр видео материалов.

Следуя лучшим традициям русской балетной школы, преподаватель в занятиях с учеником должен стремиться к достижению им поставленной цели, добиваясь грамотного, техничного и выразительного исполнения танцевального движения, комбинации движений, умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа, умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию необходимых физических качеств; умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже классического танца и разучивании хореографического произведения. Исполнительская техника является необходимым средством для исполнения любого танца, поэтому необходимо

постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место в работе занимает развитие танцевальности, которой отведено особое место в хореографии и методической литературе всех эпох и стилей. Поэтому, с первых занятий необходимо развивать умение слышать музыку и на этой основе развивать творческое воображение у учащихся.

Значительную роль в данном процессе играет музыкальное сопровождение во время занятий, которое помогает раскрывать характер, стиль, содержание. Работа над качеством исполняемого движения в танце, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка, техникой - важнейшими средствами хореографической выразительности - должна последовательно проводиться на протяжении всех лет обучения и быть предметом постоянного внимания преподавателя. В работе над хореографическим произведением необходимо прослеживать связь между художественной и технической сторонами изучаемого произведения. Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, глубоко продуман план урока. В начале каждого полугодия преподаватель составляет для учащихся календарно-тематический план, который утверждается заведующим отделом. В конце учебного года преподаватель представляет отчет о его выполнении с приложением краткой характеристики работы данного класса.

При составлении календарно-тематического плана следует учитывать индивидуально-личностные особенности и уровень подготовки учащихся. В календарно-тематический план необходимо включать те движения, которые доступны по степени технической и образной сложности. Календарно-тематические планы вновь поступивших учащихся должны быть составлены к концу сентября после детального ознакомления с особенностями, возможностями и уровнем подготовки учеников.

Учитывая, что настоящая программа подразумевает обучение учащихся с ОВЗ, преподавателю необходимо использовать в своей работе особые педагогические технологии, такие как:

- **здоровьесберегающие технологии** (смена видов учебной деятельности – слушание, рассказ, ответы на вопросы, просмотр, прослушивание и т. д., физкультминутки, динамические паузы, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, смена поз учащегося, чередование позы – правильная посадка ученика и т. д.
- **дифференцированные технологии** – индивидуальный подход к учащимся, выбор определённых и рациональных форм и видов деятельности учащихся.
- **технология обучения в сотрудничестве** (на уроках учащиеся общаются друг с другом, передают свои знания, проверяют, обмениваются заданиями, т.е. они включаются в коммуникативную деятельность, учатся культуре общения, взаимоподдержке, развивается коммуникативность – учащийся раскрывается, становится раскованным, активизируется коллективная деятельность – каждый принимает участие в самоуправлении, появляется уверенность, повышается ответственность за результат коллективной работы);
- **технология интенсификации обучения на основе схемных и знаковых моделей учебного материала** (после развернутого изложения теоретического материала предлагается его сжатое представление в виде опорных сигналов. Опорные сигналы – это своеобразные знаки-символы, несущие в себе особую информацию. Здесь идет работа с памятью учащегося и с такой её функцией как способность к ассоциациям).

### Список литературы.

1. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л., Основы характерного танца. М.- Л.: Искусство:, 1998.
2. Джавришвилли Д. Грузинские народные танцы - Тбилиси: Генатлеба, 1999.
3. Дубских, Т. Башкирские и татарские танцы на Южном Урале. - Ч., 2002.
4. Заикин, Н. И., Заикина, Н.А. Областные особенности русского народного танца / Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. - Орел, 2004.
5. Заикина, Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка / Н. Заикина. - Орёл, Труд, 1999
6. Заценина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е., Народно-сценический танец - М.: Искусство, 1996.
7. Каримова Р. Ферланский танец (методическое пособие) - Ташкент: Издательство литературы и искусства Им. Гафура Гуляма, 2000 г.
8. Курбет В., Мардарь М. Молдавские народные танцы. - Кишинев: Картя Молдавенлскэ, 2001 г.
9. Мурашко, М. П. Русская пляска / Русская пляска. - М.: МГУКИ, 2010.
10. Надеждина Н. Русские танцы - М.: Госкультпросветиздательство, 1999 г.
11. Ткаченко Т. народный танец - М.: Искусство, 2001 г.
12. Устинова Т. Русские народные танцы - М.: Культпросветиздат, 2000 г.
13. Устинова Т. Русские народные танцы - М.: Искусство, 1996.
14. Чурко Ю. Белорусский народный танец - Минск: Наука и техника, 1992.
15. Шевлюга, С., Горяинова, О. Самоучитель испанских и цыганских танцев / С. Шевлюга, О. Горяинова. - Р.: Феникс, 2005