

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества Синяя птица» города Кургана

**СОГЛАСОВАНО:**

Методическим советом  
МБОУДО «ДТ «Синяя птица»  
протокол №1  
от 29 августа 2016 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБОУДО  
«ДТ «Синяя птица»  
Соколова Т.Н.  
протокол ПС №1 от 29 августа 2016



Дополнительная образовательная программа  
(общеразвивающая) программа художественной направленности  
**«РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»**

срок реализации программы 3 года  
возраст учащихся: 7-10 лет

Автор программы:  
Ефимова Марина Станиславовна  
педагог дополнительного образования

г. Курган, 2016 г.

## СОДЕРЖАНИЕ:

Пояснительная записка _____	стр.
Учебно-тематический план программы _____	стр.
Первый год обучения _____	стр.
Второй год обучения _____	стр.
Третий год обучения _____	стр.
Ожидаемые результаты _____	стр.
Материальная база необходимая для реализации программы «Русский народно-сценический танец» _____	стр.
Список литературы для учащихся по программе «Русский народно-сценический танец» _____	стр.
Список литературы для педагогов _____	стр.
Приложения к программе _____	стр.
Содержание экзаменационных занятий _____	стр.
Оценочный уровень обучения по программе _____	стр.
Инструктаж по технике безопасности на занятиях по программе «Русский народно-сценический танец» _____	стр.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец раскрывает красоту человеческого тела, музыкальные, физические и эстетические качества. Помимо всего сказанного, искусство народного танца достойно выполняет роль воспитателя, способствует приобщению детей к художественному созиданию, повышает их трудолюбие, закаляет волю, характер, обогащает и поднимает человека на высшую ступень морального и духовного развития. Он близок детям, и благодаря богатству образов, танцевального языка, мелодиям, знакомству с народным костюмом представляет собой ценнейший материал для художественного развития учащихся. Вместе с тем, русский танец воспитывает в детях чувство любви и уважения к народному танцевальному творчеству и к запечатленным в танце народным традициям. Программа предназначена для работы с детьми дошкольного, младшего и среднего возраста. Занятия по танцу с детьми содействуют росту их общей культуры, нравственному и физическому развитию, знакомят обучающихся с искусством танца, дают им на каждой ступени их возрастного развития доступные для них знания и навыки. В конечном результате занятия в хореографических кружках подводят учащихся к пониманию искусства танца и к умению правдиво и выразительно отображать художественные образы в танце. Овладение определенным кругом знаний и навыков содействует развитию художественного вкуса учащихся, что представляет одну из существенных задач эстетического воспитания. На занятиях детям прививаются навыки культурного поведения. Занятия по танцу способствуют физическому развитию учащихся, укрепляют их организм и положительно сказываются на осанке и культуре движений.

**Цель** данной образовательной программы – воспитание личности ребенка, его гуманного отношения к окружающему миру, формирование в нем эстетических идеалов на основе овладения искусством хореографии. Опираясь на основную цель программы закономерно конкретизируется блок задач, направленных на выявление и развитие интересов ребенка, его творческих возможностей и личностного потенциала.

### **Задачи:**

- \*Обучение основам хореографии через занятия народно-сценическим танцем;
- \*Формирование навыков творческого самовыражения, общей культуры, настоящего эстетического вкуса, формирование учебной мотивации.
- \*Развитие фантазии и образного мышления учеников в области хореографии, обогащение из представлений об искусстве вообще. Ориентировка на творческое самовыражение, реализация знаний и умений (открытые занятия)

На обучение по программе принимаются дети в возрасте 7 – 8 лет. Для детей поступивших на обучение в студию, в возрасте не совпадающему с началом обучения по программе, составлен план адаптации, по сути это ускоренный курс обучения умениям и навыкам предложенными в программе «Основы классического танца» первого года обучения. Временной отрезок обучения: сентябрь – декабрь. Закончив обучение по плану адаптации (в январе), дети продолжают обучение со своими сверстниками по программам соответствующим их возрасту и способностям.

Продолжительность занятий в группах адаптации:

1 раз в неделю по 2 академических часа. (один час – 30 мин.)

Программа составлена в соответствии с Законом «Об образовании в Российской Федерации»; «Концепцией развития дополнительного образования в РФ»; санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами, с учётом возрастных особенностей учащихся.

Продолжительность учебных занятий:

1 год обучения—1 учебное занятия в неделю по 2 академических часа (1 акад.час 30мин)

2 год обучения—1 учебное занятие в неделю по 2 академических часа (1 акад.час 40мин)

3 год обучения—1 учебное занятие в неделю по 2 академических часа (1 акад.час 40мин)

**Формой подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы являются ежегодные итоговые занятия.(Приложение №№ 1,1-А,2,3,4)

**Критериями оценки** обученности по программе являются три группы показателей:

1-я группа показателей – **Практическая подготовка ребенка**. Она включает:

\* практические умения и навыки, предусмотренные программой (то, что определяется выражением «*дети должны уметь*»);

\*владение специальным оборудованием и оснащением, необходимым для освоения курса;

\*творческие навыки ребенка (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте).

2-я группа показателей - **Теоретическая подготовка ребенка**. Она включает:

\*теоретические знания по программе (то, что определяется выражением «*дети должны знать*»);

\* владение специальной терминологией по тематике программы (т.е. набор основных понятий, отражающих специфику изучаемого предмета).

3-я группа показателей – **Общеучебные умения и навыки ребенка**. Выделение этой группы показателей продиктовано тем, что без их приобретения невозможно успешное освоение любой программы. Составляющие:

\*учебно-интеллектуальные умения;

\*учебно-коммуникативные умения;

\*учебно-организационные умения и навыки.

Оценочный уровень знаний и умений: удовлетворительно, хорошо, отлично.  
(Приложение №5)

Реализация программы возможна на основе следующих принципов:  
целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий;  
постепенность развития природных данных учащихся; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приёмами танца; доступность учебного материала; учёт возрастных физических и технологических возможностей детей;  
результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; учёт специфических особенностей ребёнка.

**КОЛИЧЕСТВО УЧЕБНЫХ ЧАСОВ  
ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**«РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»:**

№	По годам обучения	Теория (часов)	Практика (часов)	Всего учебных часов
1	Первый год обучения:	3	67	72
2	Второй год обучения	10	62	72
3	Третий год обучения	6	66	72
ВСЕГО УЧЕБНЫХ ЧАСОВ:		19	197	216

**УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ:**

№	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛОВ	Теория (часы)	Практика (часы)	Всего учебных часов
1	Организационное занятие.	2		2
2	Ритмический рисунок русских народных мелодий.	1	1	2
3	Положение корпуса в русском народном танце.		4	4
4	Положение и работа рук в русском народном танце.		4	4
5	Положение ног при исполнении русского танца.		4	4
6	Основные шаги русского танца.		6	6
7	Притопы (методика исполнения).		4	4
8	Подскоки (методика).		4	4
9	«Припадания» (методика исполнения).		4	4
10	Движения русского танца.		12	12
11	Упражнения у станка.		12	12
12	Упражнения у станка на развитие подвижности стоп.		6	6
13	Элементы мужского русского танца.		4	4
14	Разновидности поклонов в русском танце.		2	2
15	Итоговое занятие направленное на выявление уровня усвоения материала предложенного в течении первого года обучения по программе «Русский народно-сценического танец». (Приложение №1)		2	2
	<b>ВСЕГО УЧЕБНЫХ ЧАСОВ:</b>	4	68	72

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ 1 – го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

**Раздел: «Организационное занятие».** (теория) 2ч.

\*Цели и задачи обучения по программе «Русский народный танец» на учебный год.

\*Дни и часы занятий.

\*Форма и необходимый инвентарь для занятий.

\*Правила по технике безопасности на уроках. (Приложение №6, №7)

**Раздел: « Ритмический рисунок русских народных мелодий»** (теория, практика) 2ч.

\* «Хлопушки» ( выбивание ритма за данной музыкальной темы ладошками).

\* «Топотушки» ( «протопывание» стопой ноги ритма заданной музыкальной темы).

**Раздел: «Положение корпуса в русском народном танце».** (практика) 4ч.

\*Правильное положение спины, бедер.

\*Проучивание композиционных связок на поддержание правильного положения корпуса.

**Раздел: «Положение и работа рук в русском народном танце».** (практика) 4ч.

\*Положение кистей рук в русском народ ном танце ( открытое, закрытое).

\*Открывание и закрывание рук в русском народном танце.  
(одной руки в сторону, обеих рук, поочередное открывание и закрывание рук).

\*Положение рук в паре. ( руки внизу, под руку, одной рукой за талию,  
руки на плечах друг друга, стоя лицом друг к другу, руки перекрещены  
наверху, разведены в сторону).

**Раздел: «Положение ног при исполнении русского танца».** (практика) 4ч.

\* 6-я, 3-я позиции ног- как основные, рабочие позиции русского народно танца.

\*Открытое и закрытое положение стоп.

\*Работа стоп в русском танце (пятка, носок).

\*Проучивание композиционных связок при положении ног в 6-й,3-й позиции,  
с открытым и закрытым положением стоп, переменной работой пятки и носка.

**Раздел: «Основные шаги русского танца».** (практика) 6ч.

\* Простой шаг вперед.

\*Шаг с приставлением одной ноги к другой (пяткой, носком, всей стопой).

- \*Шаги из стороны в сторону с приставлением одной ноги к другой (пяткой, носком, всей стопой).
- \*Исполнение проученных шагов в различных музыкально- ритмических характерах. (шаг плавный, скользящий, быстрый, медленный).

**Раздел: «Притопы (методика исполнения)». (практика) 4ч.**

- \*Основные правила исполнения притопов.
- \*Положение корпуса, ног, стоп при исполнении притопов.
- \* Понятие «перенос центра тяжести тела» с одной ноги на другую.
- \* Одинарный притоп, тройной притоп.

**Раздел: «Подскоки (методика)». (практика) 4ч.**

- \* На две (с прямо вытянутыми ногами ,стопами, с поджиманием ног сзади, с поджиманием ног впереди).
- \* Подскоки на одной ноге (вторая поджатая Работа ног(стоп) при исполнении подскоков.
- \*Положение спины при исполнении подскоков.
- \*Подскоки с двух ног впереди).
- \* Боковой шаг на подскоках (галоп).

**Раздел: «Припадания (методика исполнения)». (практика) 4ч.**

- \*Положение корпуса, головы при исполнении «припадания».
- \* Работа опорной и рабочей ног при исполнении «припадания».
- \* «Припадания по 6-й позиции с продвижением вперед.
- \* «Припадания» по 3-й позиции с продвижением в сторону.

**Раздел: «Движения русского танца». (.практика) 12ч.**

- \*Положение корпуса, головы при исполнении простой «ковырялочки», «моталочки».
- \*Работа ног (опорной, рабочей) при исполнении простой «ковырялочки», «моталочки»
- \* Работа стоп при исполнении движений. «ковырялочка», «моталочка».

**Раздел: «Упражнения у станка». (практика) 12ч.**

- \*Правила положения корпуса при работе у станка , опора одна рука на станке.
- \*Полуприседания по 6-й, 3-й позициям. полуприседания(на талии, открытая в сторону)



\*Положения «рабочей» руки при работе у станка.

\*Глубокое приседание по 6-й, 1-й, 2-й, 3-й

**Раздел: «Упражнения у станка на развитие подвижности стоп».** (практика) 6ч.  
(через положения ноги в battement tendu опора одна рука).

\*Перевод стопы с носка на пятку и с пятки на носок.

\*Положение «опорной» ноги при выполнении движения.

\*Правила движения «рабочей» ноги.

\*Проучивание композиционных связок с использованием упражнений на развитие подвижности стопы, в направлениях: вперед, назад, в сторону.

\*Положение головы при выполнении движений: вперед, назад, в сторону.

**Раздел: «Элементы мужского русского танца».** (практика) 4ч.

\*Положения рук в русском мужском танце.

\*Постановка корпуса в русском мужском танце.

\*Подготовка к исполнению присядок. (приседания по 6-й, 3-й позиции, подскоки приседания «мячик»).

\*Положение корпуса при выполнении движения «мячик»

**Раздел: «Разновидности поклонов в русском танце».** (теория, практика) 2ч.

\*Поклоны исполняемые на месте(с открыванием рук, с поклоном головы, с наклоном корпуса)

\*Поклоны с продвижением вперед (назад, в сторону).

\*Мужской, женский поклоны.

\*Положение корпуса, рук, головы при выполнении поклонов.

**Раздел: «Подготовительная работа к итоговому занятию»**(практика) 2ч.

**Раздел: «Итоговое занятие направленное на выявление уровня усвоения материала предложенного в течении первого года обучения по программе «Русский народный танец».** (практика) 2ч.  
(Приложение №1)

## УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	ГРУППА АДАПТАЦИИ	теория (часы)	практика (часы)	Всего часов
<b>РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ</b>				
	<b><u>СЕНТЯБРЬ:</u></b>			
1.	Организационное занятие.	2		
2.	Ритмический рисунок русских народных мелодий.		2	2
3.	Положение корпуса в русском народном танце.		2	2
4.	Положение и работа рук в русском народном танце.		2	2
	<b><u>ОКТЯБРЬ:</u></b>			
5.	Положение ног при исполнении русского танца.		2	2
6.	Основные шаги русского танца.		6	6
7.	Притопы (методика исполнения).		2	2
	<b><u>НОЯБРЬ:</u></b>			
8.	Подскоки (методика).		2	2
9.	«Припадания» (методика исполнения).		2	2
10.	Движения русского танца.		4	4
	<b><u>ДЕКАБРЬ:</u></b>			
11.	Упражнения у станка.		4	4
12.	Упражнения у станка на развитие подвижности стоп.		4	4
13.	Элементы мужского русского танца.		1	1
14.	Итоговое занятие направленное на выявление уровня усвоения материала предложенного в группе адаптации по программе «Русский народно-сценического танец». (Приложение №1 - А)		1	1
	_____	_____	_____	_____
	<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>36</b>

## УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ:

НАЗВАНИЯ РАЗДЕЛОВ:		Теория (часы)	Практика (часы)	Всего учебных часов
1.	Организационное занятие.	2		2
2.	Занятия направленные на восстановление знаний и практических навыков полученных в течении 1-го года обучения по разделу.	4	14	18
3.	Упражнения у станка.	4	20	24
4.	Проучивание шагов русского народного танца.		16	16
5.	Дроби и дробные ходы.		10	10
6.	Итоговое занятие по выявлению уровня усвоения материала предложенного в течении 2-го года обучения по разделу «русский народно-сценический танец. (Приложение №2).		2	2
ВСЕГО УЧЕБНЫХ ЧАСОВ:		10ч.	62ч.	72ч.

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ 2 –го ГОДА ОБУЧЕНИЯ:

**Раздел: «Организационное занятие».** (теория) 2ч.

\*Цели и задачи обучения по программе «Русский народный танец» на учебный год.

\*Дни и часы занятий.

\*Форма и необходимый инвентарь для занятий.

\*Правила по технике безопасности на уроках(приложение№6,№7)

**Раздел: «Занятия направленные на восстановление практических навыков полученных за период первого года обучения по программе»**(теория, практика) 18ч.

\*Упражнения на развитие подвижности стопы. (battement tendu).

\*Увеличение темпа исполнения движения.

\*Каблучные упражнения.

\*Положение рабочей и опорной ног при исполнении каблучных упражнений

\*Положение рабочей и опорной рук при исполнении

\*Положение корпуса в русском танце.

\*Основные движения у станка.(одна опора).

\*Основные шаги.

\*Притопы.

\*Положения рук в русском танце.

**Раздел: «Упражнения у станка».** (теория, практика) 24ч.  
(опора одна рука на станке)

\*Полуприседания и глубокое приседание.

(по 1ой, 2-ой,3-ой,6-ой позициям)

\*Положение стоп при исполнении приседаний.

\*Положение корпуса при исполнении приседаний.

\*Работа рук при исполнении приседаний. «Рабочая рука»( открывание, закрывание).  
«Опорная» рука (положение на станке)

\* Каблучные упражнения.

\*Положение голени и бедра при исполнении приседаний и каблучных упражнений.

\*Положение корпуса при исполнении каблучных упражнений.

\*Маленькие броски (опора две руки на станке). ( petite battement jete ).

\*Положение корпуса при исполнении движения.

\*Положения опорной и рабочей ног при исполнении движения.

\*Сквозные броски вперед и назад с одновременным ударом пяткой опорной ноги.

\*Упражнения с расслабленной стопой. - flic-flac (опора две руки на станке).

\*Положение и работа стопы опорной ноги при исполнении движения.

\*Положение и работа ног при исполнении движения.

\*Подготовка к веревочке - passe (опора одна рука на станке).

\*Положение корпуса при исполнении движения.

- \*Положение и работа опорной и рабочей ног при исполнении движения.
- \*Круговые движения рабочей ноги по полу - rond de jambe (опора две руки на станке).
- \*Положение корпуса при исполнении движения.
- \*Положение опорной и рабочей ног при исполнении движения.
- \*Броски рабочей ноги на 90 градусов - grand battement jete (опора две руки на станке)
- \*Положение и работа опорной и рабочей ног при  
исполнении движения.
- \*Раскрывание ноги на высоту 90 градусов - developpe. (опора две руки на станке).
- \*Положение корпуса при исполнении движения.
- \*Положение и работа опорной и рабочей ног при исполнении движения.
- \*Наклоны корпуса (положение лицом к станку).
- \*Положение и работа головы при исполнении движения (в стороны, назад).
- \*Положение ног при исполнении движения.

**Раздел: «Прочувание шагов русского народного танца». (практика) 15ч.**

- \*Медленный русский ход. (положение корпуса)
- \*Переменный шаг. (простой, с выносом ноги).
- \*Положение корпуса при исполнении переменного шага.
- \*Положение и работа ног при исполнении переменного шага.
- \*Припадания по 3-ей позиции.
- \*Положение корпуса при исполнении движения.
- \*Положение и работа ног при исполнении движения.
- \*Переменный мужской шаг с первым шагом на каблук.
- \*Положение корпуса при исполнении мужского шага.
- \*Положение и работа ног при исполнении мужского шага.

**Раздел: «Дроби и дробные ходы». (практика) 10ч.**

- \*Положение ног при исполнении дроби.
- \*Положение корпуса при исполнении дроби.
- \*Разновидности дроби.

\*Двойная, тройная дроби.

\*Ритмический рисунок дробей.

**Раздел: «Подготовительная работа к итоговому занятию»** ( практика) 4ч.

**Раздел: «Итоговое занятие по выявлению уровня усвоения материала второго года обучения по программе «Русский народно-сценический танец».** ( практика) 2ч.  
( Приложение № 2).

### УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	НАЗВАНИЕ РАЗДЕЛОВ:	теория (часы)	практика (часы)	Всего часов
1	Организационное занятие.	2		2
2	Занятие направленное на восстановление знаний и умений полученных в течении предыдущих годов обучения по разделу.	2	8	10
3	Движения у станка.	2	16	18
4	Русские танцевальные шаги.		10	10
5	Дроби и дробные ходы.		10	10
6	Движения мужского русского танца.		6	6
7	Движения русского народного танца.		12	12
8	Итоговое занятие по выявлению уровня уровня знаний и практических навыков полученных на занятиях в течении 3-го года обучения по разделу «русский народно-сценический танец. (Приложение № 3).		2	2
9	Итоговое занятие по программе «русский народно-сценический танец». (Приложение № 4)		2	2
	<b>ВСЕГО УЧЕБНЫХ ЧАСОВ:</b>	<b>6ч.</b>	<b>66ч</b>	<b>72ч</b>

## СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ 3 – го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

**Раздел: «Организационное занятие».** (теория) 2ч.

- \*Цели и задачи обучения по программе «Русский народный танец» на учебный год.
- \*Дни и часы занятий.
- \*Форма и необходимый инвентарь для занятий.
- \*Правила по технике безопасности на уроках (Приложение №6, №7)

**Раздел: Занятие направленное на восстановление практических навыков полученных в течении предыдущих лет обучения по программе «русский народно-сценический танец».** (теория, практика) 10ч.

**Раздел: Движения у станка.** (теория, практика) 18ч.

- \*Приседания по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям с одновременной работой рук.
- \*Проучивание композиции с использованием приседаний по позициям.
- \*Упражнения на развитие подвижности стоп.
- \*Проучивание композиции с использованием упражнений на развитие подвижности стоп.
- \*Каблучные упражнения.
- \*Проучивание композиции с использованием каблучных упражнений.
- \*Упражнения с расслабленной стопой.
- \*Проучивание композиции с использованием упражнений с расслабленной стопой.
- \*Проучивание композиции с использованием passe.
- \*Маленькие броски ногой вперед, назад, в сторону (опора одна рука на станке).
- \*Положение головы при исполнении бросков ногой в разных направлениях.
- \*Положение корпуса при исполнении бросков ногой в разных направлениях.
- \*Положение и работа опорной и рабочей ног при исполнении бросков в разных направлениях.
- \*Проучивание композиции с использованием бросков в разных направлениях.
- \*Круговые движения рабочей ноги по полу (опора одна рука на станке).
- \*Круговые движения рабочей ноги по полу с одновременной сменой положения

рабочей ноги (plie).

- \*Положение головы при исполнении круговых движений ногой по полу.
- \*Положение корпуса при исполнении ногой круговых движений по полу.
- \*Проучивание композиции с использованием круговых движений ногой по полу.
- \*Броски ноги на 90 градусов вперед, назад, в сторону (опора одна рука на станке).
- \*Положение корпуса при исполнении бросков 90 гр. по всем направлениям.
  
- \*Поручивание композиции с использованием бросков на 90 градусов.
- \*Раскрывание ног на 90 градусов вперед, назад, в сторону(опора одна рука на станке).
- \*Положение корпуса при исполнении движения.
- \*Положение рук и головы при исполнении движения.
- \*Проучивание композиции с использованием раскрыванием ноги на 90 градусов.
- \*Проучивание композиции с использованием наклонов корпуса (лицом к станку).

**Раздел: «Русские танцевальные шаги».** (практика) 10ч.

- \*Разновидности русского переменного шага. (на всю стопу, с переходом на «полупальцы», проскальзывающим ударом).
- \*Шаг с подскоком и ударами носком рабочей ноги позади опорной (из уральской «Шестеры»).
- \*Проучивание композиций с использованием проученных шагов русского танца.

**Раздел: «Дроби и дробные ходы».** (практика) 10ч.

- \*Мелкий дробный ход на всей стопе.
- \*Дробный боковой ход.
- \*Положение корпуса при исполнении дробных ходов.
- \*Мелкий дробный ход с каблука.
- \*Дробный ход с ударами каблуком и подушечкой стопы.
- \*Дробь «в три ножки»или «трилистник».
- \*Дробные концовки на месте. «Ключ».
- \*Проучивание композиции с использованием дробей и дробных ходов.

**Раздел: «Движения мужского русского танца».** (практика) 6ч.



- \*Русский мужской ход. (положение корпуса , головы).
- \*Подготовка к присядке (мячик).
- \*Присядка с выходом на две опоры(пятки, носки, одна пятка другая носок).
- \*Положение корпуса при исполнении присядок.
- \*Проучивание композиции с использованием присядок.
- \* «Хлопушки» - положение рук, корпуса при исполнении «хлопушек».
- \*Тройная «хлопушка» с притопом.
- \*Поворот с «хлопушками».
- \*Проучивание композиции с использованием «хлопушек».
- \*«Веревочка» (разновидности) - двойная «веревочка», с переступанием, с выходом на каблук.

**Раздел: «Движения русского танца».** (практика) 12ч.

- \* «Припадания» в повороте.
- \* «Гармошечка».
- \* «Моталочка».
- \* «Веревочка» с «ковырялочкой».
- \*Положение корпуса, головы, рук при исполнении движений.
- \*Проучивание композиций с использованием движений русского народного танца.

**Раздел: «Итоговое занятие по выявлению уровня усвоения материала предложенного в течении 3-его года обучения по программе«русский народно-сценический танец».** (практика) 2ч.

**Раздел: «Подготовка к итоговому занятию»** (практика) 2ч.

( Приложение № 3)

**Раздел: «Итоговое занятие по программе«русский народно-сценический танец».** (практика) 2ч.

(Приложение № 4).

## **ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ПО ПРОГРАММЕ «РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»:**

По окончании обучения по программе обучающиеся должны

### **знать:**

- \*Движения у станка русского народно – сценического танца(тренаж), предложенных в программе.
- \*Название элементов исполняемых у станка, предложенных в программе.
- \*Основные движения русского народно – сценического танца, предложенных в программе.
- \*Названия движений русского народно – сценического танца, предложенных в программе.

### **Уметь:**

- \*Исполнять движения русского народно – сценического танца у станка (тренаж), предложенный в программе.
- \*Исполнить движения русского народно – сценического танца, предложенных в программе.

**Общественно-значимые результаты:** В процессе обучения будет создано творческое содружество детей с преемственностью его участников, посвятившим своё свободное время получению дополнительного образования.

**Личностные результаты:** В результате обучения по программе учащиеся будут иметь представление о хореографическом искусстве; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объёме данной программы; научиться чувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях; приобретут общую эстетическую и танцевальную культуру; научиться самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты будут отслеживаться в процессе подведения итогов обучения).

У учащихся сформируется определенная нравственная культура; выработается социальная адаптация, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации; сформируется выраженное желание и умение самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития; сформируется готовность к обучению в вузах и техникумах (не только творческой направленности) за счёт повышенной работоспособности, конкурентоспособности, сформируется умение терпимо относиться к любым видам искусства, правильно их оценивать в собственном сознании; укрепиться здоровье и физическая выносливость.

Способы отслеживания ожидаемых результатов.

### 1. Педагогический контроль:

входной (форма – визуальный осмотр физических данных, беседа);

текущий (основная форма – наблюдение, собеседование, опрос, практические задания участие в конкурсах);

итоговый (основная форма – итоговое занятие).

### 2. Анализ работ, определяющий творческий рост школьника.

3. Устный опрос (беседа, собеседование)
4. Анализ мотива прихода (ухода) учащегося в кружок.
5. Анализ участия в концертной деятельности и участие в конкурсах и фестивалях.

Формы отражения результативности:

- 1 Создание портфолио учащегося (результаты конкурсов и фестивалей)
2. Создание учётной ведомости «личные данные учащегося» (ежегодные результаты обучения) (приложение №8)

### **МАТЕРИАЛЬНАЯ БАЗА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»:**

Комната для переодевания.

Репетиционный зал, оснащенный станками, зеркалами.

Музыкальный центр для музыкального сопровождения занятий.

Форма для обучающихся:

Девочки:

Тренировочный купальник, лосино, юбка, туфли.

Мальчики: тренировочная майка, шорты (лосино), специальную обувь (сапоги, туфли).

Видеоаппаратура для демонстрации необходимого видеоматериала по разделам программы.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ

### «РУССКИЙ НАРОДНО - СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»:

1. Смирнова М. Основные элементы классического танца.- М., Министерство культуры РСФСР. 1979.
2. Устинова Т. Русский народный танец.- М., Искусство. 1976.
3. Климов А. Основы русского народного танца.- М., Советская Россия. 1981.
4. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М., Просвещение. 1985.
5. Панферов В. Пластика современного танца.- Челябинск, ЧГИИиК.1996.
6. Никитин В. Модерн – джаз танец.- М., Один из лучших. 2004.
7. Красновская В. История русского балета.- Л., Искусство. 1978.
8. Лопухов Ф. Хореографические откровения.- М, Искусство.1978.
9. Бахрушин Ю.История русского балета.- М., 1961.
- 10.Богданов – Березовский В. Галина Сергеевна Уланова.- М., 1961.
- 11.Ванслов В. Статьи о балете.- Л., 1980.
- 12.Вячеслова Т. Я – балерина.- Л., 1964.
- 13.Захаров Р. Слово о танце. – М., 1965.
- 14.Красовская В. Анна Павлова.-М., 1964.
- 15.Эльяш И. Образцы танца.- М., 1970.
- 16.Большакова Т. Марис Лиепа.- М., Молодая гвардия. 1982.
- 17.Ваганова А.Основы классического танца.- Л., Искусство.1980.
- 18.Барышникова Т. Азбука хореографии.- М., 1999.
- 19.ГальперинС. Анатомия и физиология человека. М., !974.
- 20.Плятков С. Основы современного танца.- Ростов- на- Дону.2006.
- 21.Петров А. Композитор и балетмейстер. – Л., 1974.
- 22.Румнев А. Пантомима и ее возможности.- М., 1966.
- 23.Лисицкая Т. Хореография в гимнастике.- М., Физкультура и спорт.1984.
- 24.Добровольская Г. Танец, пантомима, балет.- Л., Искусство.1975.

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ

### «РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»:

1. Акулова Н.В. Классический тренаж в коллективе народного танца (метод. Письмо). – НМЦ, 1981.
2. Чеховская Р.Л. Танцевать могут все. Минск, 1973.
3. Смирнов Е.В. Северная кадрили: (шесть танцев). – Петрозаводск. Карелия, 1977.
4. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для хореогр. отд. инст.
5. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1968,64
6. Захаров Р. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 1983.
7. Казаринова Т. Магическая сила пространства сцены // Сов. Балет, 1991 № 5.
8. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманьянц Е. Народно-сценический танец. М., 1976
9. Овчаренко Е., Смолянинова Н. История и теория народно-сценического танца. – Барнаул, 2000.
10. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.
11. Устинова Т. Русский народный танец.- М., Искусство. 1976.
12. Захаров Р. Слово о танце. – М., 1965.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА РАБОТАЮЩЕГО ПО ПРОГРАММЕ

### «РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»:

- 1.Акулова Н.В. Классический тренаж в коллективе народного танца (метод. Письмо). – НМЦ, 1981.
- 2.Чеховская Р.Л. Танцевать могут все. Минск, 1973.
- 3.Смирнов Е.В. Северная кадрили: (шесть танцев). – Петрозаводск. Карелия, 1977.
- 4.Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для хореогр. отд. инст.
- 5.Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1968,64
- 6.Захаров Р. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. – М.: Искусство, 1983.
- 7.Казаринова Т. Магическая сила пространства сцены // Сов. Балет, 1991 № 5.
- 8.Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманьянц Е. Народно-сценический танец. М., 1976
- 9.Овчаренко Е., Смолянинова Н. История и теория народно-сценического танца. – Барнаул, 2000.
- 10.Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1975.

11. Устинова Т. Русский народный танец.- М., Искусство. 1976.
12. Захаров Р. Слово о танце. – М., 1965.
13. Боголюбская. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах (учебно- методическое пособие). М., 1982.
14. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1, 2. М., 1972-73.
15. Руднева С.Д. и Фиш Э.М. Ритмика и музыкальное движение. М., 1ховская Р.Л.  
Танцевать могут все. Минск, 1973.
16. Климов А.А. Основы русского народного танца: Учебник для ВУЗов культуры и искусства
17. Костровицкая В.М. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, 198
18. Шульгина А. Костюмы для танцевальных коллективов. М., 1974.2

#### **ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ**

1. [www.dance-city.narod.ru](http://www.dance-city.narod.ru)
2. [www.danceon.ru](http://www.danceon.ru)
3. [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru)
3. [www.tangodance.by](http://www.tangodance.by)
4. [www.youtube.com](http://www.youtube.com)

## ПРИЛОЖЕНИЯ К ПРОГРАММЕ

### «РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»

#### (Приложение №1).

Объем знаний и практических навыков составляющий содержание итогового занятия по программе 1-го года обучения:

- \*Знать и уметь показать положение корпуса при исполнении русского танца.
- \*Знать и уметь показать положение и работу рук при исполнении русского танца.
- \*Знать и уметь показать положение и работу рук при исполнении русского танца.
- \*Знать и уметь исполнить основные шаги русского танца.
- \*Знать и уметь исполнять притопы.
- \*Знать и уметь исполнять подскоки.
- \*Знать и уметь исполнять «припадания».
- \*Знать и уметь исполнять движения русского танца.
- \*Знать и уметь исполнять движения у станка.
  - а). Приседания и полуприседания по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям
  - б). Упражнения на развитие подвижности стоп.
- \*Знать и уметь исполнить движения мужского русского танца (мальчики).
- \*Знать и уметь исполнить поклоны русского танца (разновидности).

#### (Приложение №1- А).

Объем знаний и практических навыков составляющий содержание итогового занятия в группе адаптации:

- \*Знать и уметь показать положение корпуса при исполнении русского танца.
- \*Знать и уметь показать положение и работу рук при исполнении русского танца.
- \*Знать и уметь показать положение и работу рук при исполнении русского танца.
- \*Знать и уметь исполнить основные шаги русского танца.
- \*Знать и уметь исполнять притопы.
- \*Знать и уметь исполнять подскоки.
- \*Знать и уметь исполнять «припадания».
- \*Знать и уметь исполнять движения русского танца.
- \*Знать и уметь исполнять движения у станка.
  - а). Приседания и полуприседания по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям
  - б). Упражнения на развитие подвижности стоп.
- \*Знать и уметь исполнить движения мужского русского танца (мальчики).

#### (Приложение №2).

Объем знаний и практических навыков составляющий содержание итогового занятия по программе 2 – го года обучения:

- \*Знать и уметь исполнять движения у станка:
  - а). Приседания и полуприседания по 1-ой, 2-ой, 3-ей позициям.
  - б). Упражнения на развитие подвижности стоп.
  - в). Каблучные движения.
  - г). Маленькие броски ногой.
  - д). Сквозные броски ногой.
  - е). Круговые движения ногой.
  - ж). Броски ногой на 90 градусов.
  - з). Медленное поднятие ноги на 90 градусов.

\*Знать и уметь исполнять движения русского танца.

\*Знать и уметь исполнять проученные дроби и дробные ходы.

### (Приложение №3).

Объем знаний и практических навыков составляющий содержание итогового занятия по программе 3 – го года обучения:

\*Знать и уметь исполнять движения русского танца у станка.

а). Композиция с использованием приседаний и полуприседаний.

б). Композиция с использованием движений направленных на развитие подвижности стоп.

в). Композиция с использованием каблучных движений.

г). Композиция с использованием движений с расслабленной стопой.

д). Композиция с использованием бросков «рабочей» ноги на 45 градусов.

ж). Композиция с использованием круговых движений ног.

з). Композиция с использованием «рабочей» ноги на 90 градусов.

и). Композиция с использованием медленного подъема «рабочей» ноги на 90 гр.

\*Знать и уметь исполнять композицию с использованием шагов русского танца.

\*Знать и уметь исполнять композиции с использованием дробей и дробных ходов.

\*Знать и уметь исполнять композицию с использованием движений русского танца.

\*Знать и уметь исполнять композицию с использованием движений мужского русского танца. (мальчики)

### (Приложение № 4)

Содержание итогового урока по программе «Русский народно – сценический танец»

Поклон.

#### *Работа у станка:*

(все композиции у станка составлены с использованием лексики русского танца)

Композиция: Приседания и полуприседания по 1-ой, 2-ой, 5-ой позициям с выходом от станка движением «гармошечка».

Композиция: Каблучные движения с использованием приседания «рабочей» ноги и дробных элементов.

Композиция: Броски «опорной» ноги на 45 градусов с использованием каблучных движений и приседанием «рабочей» ноги.

Композиция: Круговые движения «рабочей» ноги с использованием приседаний «рабочей» ноги».

Композиция: Подготовка к «веревочке» с использованием разворота «рабочей» ноги».

Композиция: Медленное поднимание «рабочей» ноги на 90 градусов с переходом ее на станок, с использованием наклонов корпуса.

Композиция: Броски «рабочей» ноги на 90 градусов с приседанием «опорной» ноги и с выходом ее на полупальцы.

#### *Работа на середине зала:*

Этюд: Движения русского народного танца (характер – плясовая).

Этюд: Дроби и дробные ходы.

Этюд: Русский мужской танец.

Этюд: Движения русского танца ( характер – лирический хоровод).

Поклон.



**Приложение №5**

Оценочный уровень обучения по программе

Оценочный уровень	Основные критерии оценки		
	Практическая подготовка	Теоретическая подготовка	Общеучебные умения и навыки
Удовлетворительно	Выполняет практические задания не подкрепляя их знанием теории (методики исполнения) (механическое запоминание)	Владеет не большой частью теоретического материала.	Выполняя творческие задания испытывает трудности. Стремление получать новые знания выражено слабо. Испытывает трудности при попытке поделиться полученными умениями и навыками.
Хорошо	Полностью воспроизводит практические задания, осознавая связь с теорией (методикой исполнения). Допускает ошибки при исполнении.	Отвечает на большинство вопросов по содержанию теории; демонстрирует осознанность усвоения теоретических знаний.	Легко выполняет творческие задания, свободно оперируя усвоенной теорией и практикой. Обладает стремлением получать новые знания. Умеет научить.
Отлично	Воспроизводит практические задания осознавая связь с теорией (методикой исполнения). Допускает незначительные ошибки, которые осознанно исправляет.	Четко и логично излагает теоретический материал, свободно владеет понятиями и терминологией, хорошо видит связь теории с практикой.	Легко выполняет творческие задания, свободно оперируя усвоенной теорией и практикой. Умеет самостоятельно получать знания. Умеет научить.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 6.  
ИНСТРУКТАЖ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ  
ПО ПРОГРАММЕ «РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»

- \*Учащиеся по программе, ежегодно предоставляют справку от участкового врача, с разрешением посещать занятия в студии.
- \* Иметь специальную форму и обувь для занятий.
- \*На занятия приходите строго по расписанию в сопровождении родителей. (если нет письменного разрешения родителей на самостоятельное передвижение)
- \*На занятия приходите в специальной форме и обуви.
- \*В комнате для переодевания соблюдать чистоту и порядок, бережно относиться к своим вещам, аккуратно укладывая их на места.
- \*На одежде не должно быть колющих, режущих предметов.
- \*Рот должен быть свободен от посторонних предметов (жевательная резинка, конфеты и т. д. и т. п.).
- \*Оборудование класса использовать по их прямому назначению.
- \*Во время занятия соблюдать дисциплину, выполнять все указания педагога.
- \*Время перерыва между занятиями использовать для восстановления сил.
- \*Электроприборы и электрооборудование руками не трогать, пользоваться ими может только педагог.
- \*При возникновении боли немедленно сообщить педагогу.
- \*При возникновении чрезвычайной ситуации соблюдать спокойствие, внимательно слушать и неукоснительно исполнять указания педагога.
- \*Бережно относиться к имуществу студии «Хореографические миниатюры».

ПРИЛОЖЕНИЕ № 7.  
ИНСТРУКТАЖ ПО ПРАВИЛАМ ПРОТИВОПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ  
«РУССКИЙ НАРОДНО – СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ».

- \*Категорически запрещается приносить на занятия горючие, самовозгорающиеся предметы ( спички, зажигалки, бенгальские огни, хлопушки, и т. п.)
- \*При появлении резкого запаха (неизвестного происхождения), задымлении или других нестандартных явлениях необходимо покинуть класс (сообщив об этом педагогу), до выяснения причин создавших данную ситуацию.
- \*При возникновении пожароопасной ситуации следует немедленно покинуть класс (не принимая ни каких действий направленных на предотвращение пожароопасной ситуации).
- \*При возникновении пожароопасной ситуации двигаться по ранее изученному маршруту-плану эвакуации (схема эвакуации см. в классе).
- \*Во время эвакуации выполнять указания педагога.
- \*Во время эвакуации быть рядом с педагогом.
- \*Во время эвакуации соблюдать спокойствие не кричать, не бегать, не создавать паники.
- \* По окончании эвакуации всем быть рядом с педагогом, для возможности установления количества эвакуированных.
- \*Расходиться только по разрешению педагога.

