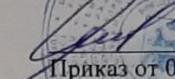


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Уфимский городской Дворец детского творчества им. В.М. Комарова»
Городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Рассмотрена на заседании
Педагогического совета
Протокол от 03.08.2021г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«УГДТ им. В.М. Комарова»


И.М. Якупов
Приказ от 03.08.21г. № 184

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«НА ТАНЦЕВАЛЬНОМ ОЛИМПЕ»**

(возраст обучающихся – 15-18 лет, срок реализации программы – 2 года)

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории,
Отличник образования РБ
Щука Оксана Ивановна

Уфа-2021

Содержание

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	9
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	11
УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	16
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	18
МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.....	24
ЛИТЕРАТУРА.....	32

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа имеет художественно-эстетическую направленность и предназначена для получения обучающимися дополнительного образования в области хореографии, а именно народно-сценического танца.

Залогом социально-экономической и политической стабильности, не в последнюю очередь, является сохранение и совершенствование народной культуры. В современных условиях глобализации на первое место выступает новая угроза - как не раствориться многим национальным культурам из-за стирания этнической самобытности, сохранить свою самобытную культуру, часть богатства духовной жизни, накапливавшейся веками со временем своего появления, и не раствориться в среде других.

Будучи одним из стабилизирующих фактов общественной жизни, устойчивые традиции национальной культуры способны, «как показывают исследования», помочь человеку адаптироваться к стремительно меняющемуся миру, особенно детям и подросткам. Отражая жизненный опыт народа.

Знакомство с танцевальным творчеством народов и сейчас служит действенным средством идеально-эстетического воспитания подрастающего поколения.

Социально-экономические изменения во всех сферах жизни общества привели к смене ценностных ориентаций в образовании. Ведущей целью образования становится не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное разностороннее развитие личности, дающее возможность реализации уникальных возможностей человека, подготовка подростка к жизни, его психологическая и социальная адаптация. Только умственное развитие детей их интеллектуальное обогащение не обеспечивает всестороннего развития личности. Для достижения гармонии в развитии ребенка не меньше внимания необходимо уделять его нравственному и физическому совершенствованию, нельзя оставлять без внимания и развитие эмоциональной сферы личности.

Актуальность программы. В современной жизни большую часть времени человек занят получением информации посредством различных источников – телефон, телевизор, интернет. Подрастающее поколение перестало играть в подвижные игры, читать книги, общаться друг с другом. Личное общение заменено виртуальным. Живые звуки музыкальных инструментов заменены на искусственное синтезированное звучание. Все это пагубно влияет на развитие личности ребенка. Малоподвижный образ жизни ведет к развитию различных заболеваний опорно-двигательного аппарата, эмоциальному голоданию, склонности мировоззрения, развитию комплексов, замкнутости, бедности словарного запаса, зажатости в общении, ведет к потере роли личности в обществе и истории человечества в целом.

Детский хореографический коллектив – это особая среда, где эффективно развиваются универсальные компетенции обучающихся, среда, предоставляющая самые широчайшие возможности: от изначального пробуждения интереса к искусству танца до овладения основами профессионального мастерства.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно-мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус учащегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности: воспитанник учится сам создавать пластический образ. Поэтому главная задача педагога – помочь детям проникнуть в прекрасный мир музыки и танца.

Дополнительная общеобразовательная программа «На танцевальном Олимпе» является общеразвивающей, модифицированной. Содержание программы разработано в соответствии с современными требованиями к дополнительным общеобразовательным программам, что делает возможным выстроить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося.

Содержание программы распределено таким образом, что в каждом учебном году обучающиеся овладевают определенными хореографическими знаниями, умениями и навыками, для развития исполнительского мастерства и возможности определиться с профессией в области хореографии.

Программа разработана на основе программ хореографических школ:

- Программа по предмету «Классический танец» для хореографических отделений школ и гимназий искусств (хореографических школ). Составитель: Н.М. Черникова, педагог-хореограф высшей категории, доцент кафедры хореографии СГАКИ. – Самара, 2003.
- Программа по предмету «Народно-сценический танец» для хореографических отделений школ и гимназий искусств (хореографических школ). Автор: Г.В. Бевзенко, педагог дополнительного образования высшей категории хореографической школы. Консультант: Г.С.Косяченко, зав. Хореографической школой, «Отличник народного образования РФ». – Самара, 2003.

Новизна программы состоит в особенностях ее содержания:

- раскладка каждого движения на основные составляющие с выделением сильной и слабой доли;
- возможности определиться с профессией в области хореографии;

- обучающиеся самостоятельно сочиняют танцевальные этюды на заданную тему;
- умение грамотно соединять сложные танцевальные движения в танцевальную комбинацию;
- сложная координация движений, часто сменяющих друг друга.

Особенности программы «На танцевальном Олимпе», отличающие ее от других уже существующих программ, заключаются в том, что по данной программе могут заниматься дети с высоким уровнем хореографической подготовки.

Педагогическая целесообразность

При разработке и реализации программы были заложены принципы систематичности, доступности учебного материала, наглядности, вариативности и индивидуализации, позволяющие учитывать разный уровень развития и разную степень освоенности содержания детьми.

Цель программы – совершенствование исполнительского мастерства в области хореографии, развитие творческих способностей обучающихся, профессиональная ориентация.

Задачи:

1. Обучающие (предметные)

- сформировать знания основ сценической культуры;
- познакомить обучающихся с историей, традициями, национальными костюмами народов Башкортостана, России, мира посредством хореографии;
- научить основам классического и народного танца, передаче национального характера, манеры и стиля в исполнении различных национальных танцев;
- дать основу для понимания и создания прекрасного (слушать, воспринимать и оценивать музыку, самостоятельно создавать пластический образ);
- сформировать знания о танцевальных профессиях.

2. Воспитательные

- сформировать культуру общения, трудолюбие, целеустремленность, чувство коллективизма, нравственные и лидерские качества;
- воспитание художественного вкуса;
- приобщать обучающихся к ведению здорового образа жизни;
- воспитать чувство патриотизма, гражданственности,
- сформировать устойчивую мотивацию к достижению поставленных целей в творческой работе и в процессе обучения;

3. Развивающие

- развивать исполнительские и творческие способности, эмоциональный интеллект;

- развивать психические процессы (внимание, память, речь, восприятие, образное мышление, воображение);
- формировать способы социального взаимодействия, развивать коммуникативные способности, умение жить в коллективе
- физически совершенствовать обучающих, укреплять их здоровье (общая физическая подготовка, развитие опорно-двигательного аппарата, координации движений, исправление нарушений осанки, формирование красивой фигуры).

Возраст и особенности детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы

Данная программа предназначена для занятий в объединениях художественной направленности, рассчитана на обучающихся, имеющих высокий уровень хореографической подготовки **в возрасте 15-18 лет.**

Срок реализации дополнительной образовательной программы – 432 часов: первый год обучения – 216 часов, второй год обучения – 216 часов.

Форма занятий – групповая. Также предусмотрена работа по подгруппам и с солистами. Наполняемость группы – от **15 до 25** обучающихся

Основные формы работы: репетиционные занятия (от лат. Repetitio – повторение) - основная форма подготовки (под руководством педагога) концертных программ, представлений, отдельных номеров путем многократных повторений (целиком или частями);

- постановочные занятия – творческий процесс создания танцевальной композиции, осуществляется постановщиком совместно с художником, концертмейстером и обучающимися;

- информационные занятия предполагают беседы и лекции. Фронтальная беседа- специально организованный диалог в ходе которого педагог руководит обменом мнениями по какому-либо вопросу (проблеме). Лекция-представление, демонстрирующее в виде монолога совокупность взглядов по какому-либо вопросу. Сущностное назначение лекций состоит в квалифицированном комментарии какой-либо проблемы, которая позволяет слушателю сориентироваться в информации;

- практические занятия – (от греч. Praktikos- деятельный, активный), материальная, целеполагающая деятельность людей;

- индивидуальные занятия – работа с наиболее одаренными или отстающими обучающимися;

- открытые занятия;

- концертные и конкурсные выступления.

Каждое занятие включает в себя:

- приветствие и разминка,

- образовательную часть;
- подведение итогов, домашнее задание, положительный настрой на следующую встречу.

Режим занятий

Первый год обучения – 3 раза в неделю по 2х45 минут;

Второй год обучения – 3 раза в неделю по 2х45 минут;

Подготовка к концертам и конкурсам предполагает дополнительные занятия и репетиции.

Планируемые результаты и формы аттестации

*** предметные результаты**

- знание истории возникновения танцевальной культуры изучаемой народности;
- знание основ и понятийно-терминологического аппарата классического и народного танцев;
- умение передавать национальный характер, манеры и стиль различных национальных танцев;
- знание правил сценической культуры, использования пространства класса и сценической площадки;
- знания о танцевальных профессиях.

*** метапредметные результаты**

- исполнительские и творческие способности, эмоциональный интеллект;
- развитые психические процессы (внимание, память, речь, восприятие, образное мышление, воображение);
- сформированы способы социального взаимодействия, развиты коммуникативные способности, умение жить в коллективе;
- общая физическая подготовленность обучающихся.

*** личностные результаты**

- культура общения, трудолюбие, целеустремленность, чувство коллектизма, нравственные качества;
- художественный вкус;
- устойчивая мотивация к достижению поставленных целей в творческой работе и в процессе обучения;
- ведение здорового образа жизни.

Формами подведения итогов реализации программы станут концерты внутри объединения и учреждения, участие в районных, республиканских и международных мероприятиях и конкурсах.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

Методы отслеживания результативности:

- педагогическое наблюдение;

- педагогический анализ активности обучающихся на занятиях;
- тестирование;
- теоретические и практические экзамены.

Основные формы аттестации:

1. Стартовая, которая предназначен для оценки начального уровня, с которым обучающиеся пришли заниматься в объединение.

2. Промежуточная, проводимая после завершения первого полугодия и предназначен для закрепления знаний, навыков и умений по пройденному материалу.

3. Итоговая, проводимая после завершения учебного года или всей учебной программы.

Также контроль осуществляется в виде:

- контрольных занятий (1 раз в полгода),
- отчетных концертов в конце учебного года.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
первого года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Классический танец	12	23	35	Наблюдение
2.	Комплекс упражнений на развитие хореографических данных				Наблюдение
3.	Комплекс упражнений на укрепление мышц	10	24	34	Наблюдение
4.	Трюковые элементы (мужские и женские)	10	24	34	Наблюдение Концертные и конкурсные выступления
5.	Работа над репертуаром	15	42	57	Концертные и конкурсные выступления
6.	Танцевальная культура изучаемых народов	4	0	4	Беседа
7.	Постановочная работа	7	7	14	Беседа Наблюдение Концертные и конкурсные выступления
8.	Работа над созданием образа	4	4	8	Беседа
9.	Профориентационная работа	4	0	4	Беседа
10.	Аттестация	0	4	4	Экзамен, контрольный урок
	ВСЕГО	76	140	216	

**Освоив программу I года обучения,
обучающиеся будут знать:**

• понятия и термины классического танца;

• правила и методику исполнения программных движений;

обучающиеся будут уметь:

• отличать особенности стиля и характера различных народно-сценических танцев;

• развивать технику, силу ног и координацию;

• анализировать своё исполнение;

• передавать национальный колорит и своеобразие исполняемого танца;

• оперировать сформированными профессиональными понятиями;

обучающиеся будут иметь навыки:

- самостоятельной работы над исполнением изучаемого материала;
- работы в ансамбле с другими исполнителями;
- сольного исполнения;
- исполнения трюковых элементов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ первого года обучения

Тема 1. Классический танец (35 ч.)

Классический танец: экзерсис на середине, allegro, tours.

1. Экзерсис на середине. Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. На середине зала он значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела без помощи палки. Правильное распределение тяжести подтянутого корпуса на двух и на одной ноге, ровные бедра и в особенности поднятое и выворотное бедро работающей ноги - основные условия для овладения устойчивостью. На данном этапе количество упражнений можно сокращать за счет соединения движений. Комбинации становятся сложнее и разнообразнее.

Основными движениями на середине зала, которые должны исполняться на каждом занятии можно считать battements tendus, jetes, fondus и большие battements. Все остальные движения комбинируются с этими основными.

Практические занятия. Экзерсис на середине:

- 1.1. Demi, grand plie
- 1.2. Battement tendu
- 1.3. Battement tendu jeté
- 1.4. Rond de jambe par terre
- 1.5. Battement fondu
- 1.6. Battement relevé lent
- 1.7. Grand Battement jeté

2. **Allegro.** Прыжки – самая трудная часть урока. Все, что вырабатывается классическим экзерсисом непосредственно связано с прыжками и во многом способствует их развитию. Но особенное внимание следует самим прыжкам.

Прыжок зависит от силы мускулатуры ног, эластичности и крепости связок ступни и коленей, развитого ахиллова сухожилия, крепости пальцев ног и силы бедра. Самое же главное – уметь в момент отталкивания от пола с plie сохранить одновременность броска работающей ноги и толчка опорной, подтянуть корпус (что способствует увеличению прыжка) оказать помощь руками и ощутить собранность всего тела перед прыжком, в момент прыжка и в его заключении на demi plie.

Практические занятия. Allegro.

- 2.1. Temps leve sauté
- 2.2. Pas echappe
- 2.3. Changement de pieds
- 2.4. Entrechat-quatre
- 2.5. Pas assemblé
- 2.6. Pas glissade

- 2.7. Sissone ferme
2.8. Jete

3. **Tours.** Вращения в мужском танце делятся на партерные и воздушные; в женском танце вращение существует только партерное.
Для правильного исполнения всех видов вращений необходимы: хорошо поставленный корпус с крепкой спиной в области поясницы, позволяющий держаться при вращении в строго вертикальном положении и сохранять неподвижной позу, упругие сильные руки, берущие форс и неподвижные во время вращения. Четкие профильные повороты головы без наклонов в начале вращения и быстрое возвращение головы в положение *en face*.

Практические занятия. Tours.

- 3.1. Preparation и pirouettes со II позиции ног
- 3.2. Preparation и pirouettes с IV позиции ног
- 3.3. Preparation и pirouettes с V позиции ног
- 3.4. Grand changement de pied en tournant на $\frac{1}{4}$ части круга
- 3.5. Grand changement de pied en tournant на $\frac{1}{2}$ части круга
- 3.6. Воздушный тур на 360° и 720°

Тема 2. Комплекс упражнений на развитие хореографических данных (34 ч.).

Главная цель этого комплекса развить тело и устраниТЬ физические недостатки. Это общеукрепляющие упражнения для различных групп мышц, а также упражнения на растяжку. Очень много внимания уделяется работе со стопами – ведь такое понятие, как выворотность, имеет очень большое значение в танце. Специфические упражнения данного комплекса помогут развить физические данные.

Физические данные подразделяются на две группы: физические качества и физические способности.

Физические качества – это социально обусловленные совокупности биологических и психических свойств человека, выражающие его физическую готовность осуществлять активную физическую деятельность. Физические способности – это относительно устойчивые врожденные и приобретенные функциональные возможности органов и структур организма, взаимодействие которых обуславливает эффективное выполнение двигательных действий.

Практические занятия.

- 1. Упражнения на развитие выворотности
- 2. Упражнения на развитие стопы.
- 3. Упражнения на развитие «балетного шага» - ширина, высота, легкость шага (сила ног).
- 4. Упражнения на развитие гибкости.

Тема 3. Комплекс упражнений на укрепление мышц (34 ч.).

Силовой тренинг – это лучший ответ на вопрос «как быстро укрепить мышцы». Развитые мышцы пресса и спины помогают стабилизировать позвоночник, благодаря чему легче поддерживать осанку и правильно выполнять движения. Сильные бедра и мышцы ног также важны для правильной техники подъема веса и для механики тела. Мышцы танцовщика должны обладать достаточной силой, выносливостью, эластичностью и подвижностью, только тогда они будут выполнять свою работу экономно и целесообразно, без чрезмерной напряженности, которая ведет к скованности. Чем более развиты двигательные способности мышц, тем свободнее танцовщик может действовать на сцене.

Практические занятия.

1. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
2. Упражнения для укрепления мышц внутренней и внешней поверхности бедра
3. Упражнения для укрепления мышц спины
4. Отжимания
5. Планка
6. Приседания
7. Глубокие выпады

Тема 4. Трюковые элементы (мужские и женские) (22ч.).

Украшением любого народного танца являются различные трюковые элементы, которые требуют высокого уровня подготовки танцовщика. Чтобы трюки выполнялись без вреда для здоровья, тело танцовщика нужно постоянно держать в хорошей физической форме.

Практические занятия

Мужские трюки: (присядка с раскрытием двух ног в стороны; флаг; мельница; бочонок – колесо на одной руке; фляг назад; перекидной вперед через мостик; стойка на одной руке и т.д.)

Женские трюки: (различные комбинированные вращения на одной ноге, на двух ногах, в воздухе, на месте, с продвижением по кругу и по диагонали).

Тема 5. Работа над репертуаром (57 ч.).

1. Башкирский «Праздничный» танец
2. Ирландская слип-джига
3. Русский танец «Калинка»
4. Танцевальная композиция «У солдата выходной»

Коллектив возникает, когда есть репертуар. Для создания благоприятной обстановки в коллективе необходима ясная и глубоко продуманная работа над репертуаром коллектива. Подбор репертуара требует от педагога четкого перспективного видения педагогического процесса как цельной и последовательной системы. Репертуарные номера требуют кропотливой работы и трепетного подхода и включает в себя:

- работу над техникой исполнения отдельно взятых элементов или номера целиком;
- работу над выразительностью исполнения;
- работу над синхронным исполнением;
- работу над эмоциональным исполнением;
- работу над созданием образа;
- работу в коллективе, в парах, сольно.

Тема 6. Танцевальная культура изучаемых народов (4 ч.).

Теоретические занятия.

1. Географическое положение, традиции и обычаи изучаемой народности.
2. Возникновение танцевальной культуры.
3. Краткое содержание изучаемого танца.
4. Знакомство с характером музыкального сопровождения.
5. Особенности национально костюма

Тема 7. Постановочная работа (14 ч.).

Мексиканский танец «Байла ком самбрерос». Постановка танца делится на 5 различных, но очень связанных между собой этапов:

- постановочная;
- отработка выученного;
- индивидуальные репетиции;
- сводные репетиции
- репетиции перед премьерным показом.

Приступая к постановке и разучиванию танца педагог кратко, можно образно, актерски - ярко, увлеченно рассказывает свой замысел исполнителям, для того чтобы они ясно представляли его содержание. Предлагает послушать музыку, описывает костюмы. После этого можно приступать к работе.

Практические занятия.

1. Разучивание отдельных элементов танца (на месте, без музыкального сопровождения, лицом в 1 точку);
2. Выполнение выученных элементов под музыку;
3. Соединение выученных танцевальных элементов в комбинацию;
4. Соединение отдельно выученных комбинаций в единую композицию;

Тема 8. Работа над созданием образа (8 ч.).

Теоретические занятия.

1. Изучение видео и фото материалов традиций и обычаяв народов Мексики.
2. Изучение танцевальной культуры народов Мексики.
3. Знакомство с творчеством танцевальных коллективов Мексики

4. Просмотр видео материалов профессиональных ансамблей Мексики

Практические занятия.

1. Работа над точностью передачи характера женского мексиканского танца.
2. Работа над точностью передачи характера мужского мексиканского танца.
3. Работа с элементом костюма (шляпа, юбка).
4. Работа над точностью исполнения и передачей образа, для целостности восприятия зрителем мексиканского танца «Байла ком самбрерос»

Тема 9. Профориентационная работа (4 ч.).

Теоретические занятия. Лекции и беседы о профессиях связанных с хореографическим искусством.

Тема 8. Аттестация (4 ч.).

Практическое занятие. Промежуточная аттестация проводится после завершении я первого полугодия и предназначен для закрепления знаний, навыков и умений по пройденному материалу.

Практическое занятие. Итоговая аттестация проводится после завершения учебного года или всей учебной программы.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
второго года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Народный танец	12	23	35	Наблюдение
2.	Комплекс упражнений на развитие хореографических данных	10	24	34	Наблюдение
3.	Комплекс упражнений на укрепление мышц	10	24	34	Наблюдение
4.	Трюковые элементы (мужские и женские)	10	12	22	Наблюдение Концертные и конкурсные выступления
5.	Работа над репертуаром	15	42	57	Концертные и конкурсные выступления
6.	Танцевальная культура изучаемых народов	4	0	4	Беседа
7.	Постановочная работа	7	7	14	Беседа Наблюдение Концертные и конкурсные выступления
8.	Работа над созданием образа	4	4	8	Беседа
9.	Профориентационная работа	4	0	4	Беседа
10.	Аттестация	0	4	4	Экзамен, контрольный урок
ВСЕГО		76	140	216	

**Освоив программу II года обучения,
обучающиеся будут знать:**

- понятия и термины народного танца;
- правила и методику исполнения программных движений;

обучающиеся будут уметь:

- отличать особенности стиля и характера различных народно-сценических танцев;
- развивать технику, силу ног и координацию;
- анализировать своё исполнение;
- передавать национальный колорит и своеобразие исполняемого танца;

- оперировать сформированными профессиональными понятиями;
обучающиеся будут иметь навыки:
- самостоятельной работы над исполнением изучаемого материала;
- работы в ансамбле с другими исполнителями;
- сольного исполнения;
- исполнения трюковых элементов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Народный танец (35 ч.)

Народный танец: хлопушки, присядки, дроби, основные элементы, этюды.

Наиболее результативными упражнениями для усвоения любого народного танца служат элементы этих танцев. Раздел включает в себя различные виды танцевальных ходов, дробей, движений, вращений, хлопушек, присядок используемых в народных танцах, причем за основу взяты движения русского народного танца.

Хлопушки. «Хлопушки» являются одним из основных и очень распространенных элементов русского народного танца. Они состоят из различного количества и разнообразных сочетаний из хлопков и ударов. Хлопок делается ладонью одной руки о ладонь другой, а удар ладонью – по голенищу, бедру или подошве и т.д. Хлопок и удар выполняются на сильную или слабую долю такта. При исполнении «хлопушек» как удар, так и хлопок должны быть сильными и четкими, а ладонь при этом крепкой и напряженной. При исполнении «хлопушек» локти отведены от корпуса, после удара или хлопка руки быстро и широко разводятся в стороны.

Присядки. Присядкой называются свойственные только мужскому танцу движения, основой которой являются глубокие приседания.

По структуре движений, присядку следует разделить на 2 типа: полная присядка - непрерывное пребывание исполнителя в положении полного приседания. Между тем имеется ряд движений, в которых исполнитель чередует положение на полном приседании с полным (иногда частичным) выпрямлением ног, а следовательно, и с общим подъемом или скачками вверх. Такой тип движений называется полу присядкой. Практика присядочных движений в народном танце очень велика. Техника присядки требует длительной тренировки и подвижности мышц верхних частей ног и коленей.

Практические занятия.

Полуприсядки:

1. Присядка с выбрасыванием ноги вперед;
2. Боковая присядка с выбрасыванием ноги в сторону;
3. Присядка с проскальзыванием на каблуках во 2 позицию;
4. Присядка с вскакиванием на носки и перескоком на каблуки;
5. Присядка с проскальзыванием на каблуках одной ногой вперед, другой назад;
6. Присядка с «ковырялочкой»;
7. Присядки с ударами ладонью по голенищу сапога.

Полные присядки:

1. «Ползунок»
2. «Волчок»
3. «Мячик»

4. Присядка с продвижением и выносом ноги на каблук (в сторону и назад)

Дроби. Дробные выстукивания исполняются всей ступней, каблуком, ребром каблука, либо в сочетании ударов каблуком и полупальцами и, как правило, на присогнутых в коленях ногах. Движения развивают четкость, ритмичность, силу ног, укрепляют мышцы стопы, икроножные мышцы. Исполняются преимущественно в характере русского, испанского, мексиканского и других народных танцев.
Практические занятия.

По I прямой позиции

Всей ступней:

1. Одинарные удары всей ступней поочередно одной и другой ногой;
2. Одинарные удары всей ступней с подъемом пятки опорной ноги;
3. Одинарные удары всей ступней с подскоком на опорной ноге;
4. Одинарные удары всей ступней с подскоком и переступанием;
5. Двойные удары всей ступней с подъемом пятки опорной ноги;
6. Двойные удары всей ступней с подскоком на опорной ноге;
7. Двойные удары всей ступней с подскоком и переступанием;

Каблуком:

1. Выстукивания каблуками поочередно одной и другой ногой;
2. Поочередные удары каблуками с переносом тяжести корпуса с ноги на ногу;
3. Поочередные удары каблуками с перескоками с ноги на ногу;
4. Поочередные удары каблуками с переступаниями;
5. Удар каблуком с двумя перескоками с ноги на ногу;

Каблуком и полупальцами:

1. Поочередные удары каблуком и полупальцами с подъемом пятки опорной ноги;
2. Поочередные удары каблуком и полупальцами с подскоком;

По III открытой позиции

Всей ступней:

1. Одинарные удары всей ступней работающей ноги с подъемом пятки опорной ноги;
2. Одинарные удары всей ступней с подъемом пятки опорной ноги и поворотами колена из выворотного в невыворотное положение и обратно;
3. Двойные удары всей ступней с подъемом пятки опорной ноги;

Каблуком и полупальцами:

1. Поочередные удары каблуком и полупальцами с подъемом пятки опорной ноги;
2. Поочередные удары каблуком и полупальцами в сочетании с поворотом колена и подъемом пятки опорной ноги;
3. Поочередные удары каблуком и полупальцами в сочетании с поворотом колена работающей ноги и перескоком с ноги на ногу.

Этюды. «Этюд (франц. etude, букв. – изучение)

Широко применяемая в хореографии этюдная работа, с одной стороны, направлена на развитие и совершенствование техники танца и актерского мастерства, с другой – помогает закреплению полученных знаний и умений у станка и середине зала (основные элементы народного танца).

Основные элементы. Отдельно выученные элементы изучаемой народного танца из которых складываются танцевальные комбинации (основные ходы, положения корпуса, рук, положения в паре)

Тема 2. Комплекс упражнений на развитие хореографических данных (34 ч.).

Главная цель этого комплекса развить тело и устраниТЬ физические недостатки. Это общеукрепляющие упражнения для различных групп мышц, а также упражнения на растяжку. Очень много внимания уделяется работе со стопами – ведь такое понятие, как выворотность, имеет очень большое значение в танце. Специфические упражнения данного комплекса помогут развить физические данные.

Физические данные подразделяются на две группы: физические качества и физические способности.

Физические качества – это социально обусловленные совокупности биологических и психических свойств человека, выражающие его физическую готовность осуществлять активную физическую деятельность. Физические способности – это относительно устойчивые врожденные и приобретенные функциональные возможности органов и структур организма, взаимодействие которых обуславливает эффективное выполнение двигательных действий.

Практические занятия.

1. Упражнения на развитие выворотности
2. Упражнения на развитие стопы.
3. Упражнения на развитие «балетного шага» - ширина, высота, легкость шага (сила ног).
4. Упражнения на развитие гибкости.

Тема 3. Комплекс упражнений на укрепление мышц (34 ч.).

Силовой тренинг – это лучший ответ на вопрос «как быстро укрепить мышцы». Развитые мышцы пресса и спины помогают стабилизировать позвоночник, благодаря чему легче поддерживать осанку и правильно выполнять движения. Сильные бедра и мышцы ног также важны для правильной техники подъема веса и для механики тела. Мышцы танцовщика

должны обладать достаточной силой, выносливостью, эластичностью и подвижностью, только тогда они будут выполнять свою работу экономно и целесообразно, без чрезмерной напряженности, которая ведет к скованности. Чем более развиты двигательные способности мышц, тем свободнее танцовщик может действовать на сцене.

Практические занятия.

1. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса
2. Упражнения для укрепления мышц внутренней и внешней поверхности бедра
3. Упражнения для укрепления мышц спины
4. Отжимания
5. Планка
6. Приседания
7. Глубокие выпады

Тема 4. Трюковые элементы (мужские и женские) (22ч.).

Украшением любого народного танца являются различные трюковые элементы, которые требуют высокого уровня подготовки танцовщика. Чтобы трюки выполнялись без вреда для здоровья, тело танцовщика нужно постоянно держать в хорошей физической форме.

Практические занятия

Мужские трюки: (присядка с раскрытием двух ног в стороны; флаг; мельница; бочонок – колесо на одной руке; фляг назад; перекидной вперед через мостик; стойка на одной руке и т.д.)

Женские трюки: (различные комбинированные вращения на одной ноге, на двух ногах, в воздухе, на месте, с продвижением по кругу и по диагонали).

Тема 5. Работа над репертуаром (57 ч.).

1. Украинский танец "Молодежные забавы".
2. Казачий пляс "Станичная раздольная".
3. Башкирский танец "Сыны Урала".
4. Испанский танец "Ля флер де ла ху вентут".

Коллектив возникает, когда есть репертуар. Для создания благоприятной обстановки в коллективе необходима ясная и глубоко продуманная работа над репертуаром коллектива. Подбор репертуара требует от педагога четкого перспективного видения педагогического процесса как цельной и последовательной системы. Репертуарные номера требуют кропотливой работы и трепетного подхода и включает в себя:

- работу над техникой исполнения отдельно взятых элементов или номера целиком;
- работу над выразительностью исполнения;
- работу над синхронным исполнением;
- работу над эмоциональным исполнением;
- работу над созданием образа;
- работу в коллективе, в парах, сольно.

Тема 6. Танцевальная культура изучаемых народов (4 ч.).

Теоретические занятия.

6. Географическое положение, традиции и обычаи изучаемой народности.
7. Возникновение танцевальной культуры.
8. Краткое содержание изучаемого танца.
9. Знакомство с характером музыкального сопровождения.
10. Особенности национально костюма

Тема 7. Постановочная работа (14 ч.).

Абхазский танец «Свадебный».

Постановка танца делится на 5 различных, но очень связанных между собой этапов:

- постановочная;
- отработка выученного;
- индивидуальные репетиции;
- сводные репетиции
- репетиции перед премьерным показом.

Приступая к постановке и разучиванию танца педагог кратко, можно образно, актерски - ярко, увлеченно рассказывает свой замысел исполнителям, для того чтобы они ясно представляли его содержание. Предлагает послушать музыку, описывает костюмы. После этого можно приступить к работе.

Практические занятия.

5. Разучивание отдельных элементов танца (на месте, без музыкального сопровождения, лицом в 1 точку);
6. Выполнение выученных элементов под музыку;
7. Соединение выученных танцевальных элементов в комбинацию;
8. Соединение отдельно выученных комбинаций в единую композицию;

Тема 8. Работа над созданием образа (8 ч.).

Теоретические занятия.

5. Изучение видео и фото материалов традиций и обычаяев народов Абхазии.
6. Изучение танцевальной культуры народов Абхазии.
7. Знакомство с творчеством танцевального коллектива «Афыртын», г. Гагры
8. Просмотр видео материалов профессиональных ансамблей Абхазии

Практические занятия.

5. Работа над точностью передачи характера женского абхазского танца.
6. Работа над точностью передачи характера мужского абхазского танца.
7. Работа с солистами над взаимодействием партнеров.

8. Работа над точностью исполнения и передачей образа, для целостности восприятия зрителем абхазского танца «Свадебный»

Тема 9. Профориентационная работа (4 ч.).

Теоретические занятия. Лекции и беседы о профессиях связанных с хореографическим искусством.

Тема 8. Аттестация (4 ч.).

Практическое занятие. Промежуточная аттестация проводится после завершении я первого полугодия и предназначен для закрепления знаний, навыков и умений по пройденному материалу.

Практическое занятие. Итоговая аттестация проводится после завершения учебного года или всей учебной программы.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации программы «На танцевальном Олимпе» используются традиционные методы обучения:

Принципы обучения.

Основные принципы и педагогические подходы к реализации программы. Не следует стремиться к прохождению материала в полном объеме в ущерб правильности исполнения и задачам эстетического воспитания обучающихся. В случае необходимости педагог может увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности материала в зависимости от состава группы и конкретных условий работы. Подача материала выстраивается с учетом:

- постепенного формирования физического аппарата ребенка (в связи с этим постепенное усложнение образовательной программы);
- процессов психического развития ребенка;
- доступности материала;
- группового характера освоения образовательной программы и предъявления образовательного результата.

Для отдельных обучающихся недостаточно хорошо освоивших программу, или проявивших танцевальные способности, по итогам контрольных уроков программа может быть скорректирована. Таким образом, ребенок имеет возможность освоить программу по индивидуальному маршруту.

Процесс обучения в курсе народного танца в основном построен на реализации дидактических принципов:

1. Принцип учета индивидуальных особенностей и возможностей детей.
2. Принцип уважения к ребенку, к процессу и результатам его деятельности, в сочетании с разумной требовательностью.
3. Принцип сознательности и активности предусматривает сознательное отношение к занятиям, воспитание у учащихся заинтересованности в овладении движениями во взаимосвязи с музыкой и осмыслившего отношения к ним. Преподаватель должен стремиться: точно и доступно формулировать музыкально - двигательную задачу, учитывая особенности учащихся: воспитывать у занимающихся способность к самооценке своих действий; стимулировать постоянный интерес к занятиям, а также их анализу.
4. Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движения. Прослушивание музыки создает у учащихся представление о ее содержании и средствах музыкальной выразительности. Наглядное восприятие способствует более глубокому и прочному усвоению движений, повышает к ним интерес.
5. Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, способствующие их силам, постепенного повышения трудности

осваиваемого учебного материала и соблюдения в обучении элементарных дидактических правил, от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

6. Принцип систематичности и последовательности предусматривает непрерывность процесса формирования умений и навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения музыкально - двигательных заданий.

Методы обучения.

1. Словесные методы. С их помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой. Это определяет разнообразие методических приемов использования слова в обучении: рассказ, беседа, объяснение, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку.

2. Метод наглядного восприятия способствует более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышению интереса к изучаемым движениям. К ним можно отнести: показ упражнений, прослушивание ритма темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

3. Практический метод основан на активной деятельности самих учащихся, этот метод целостного освоения движений, метод обучения посредством расчленения их, а также игровой метод.

4. Метод расчленения может широко использоваться для усвоения самых разных движений. Практически каждое движение можно приостановить в любой фазе для уточнения двигательного действия, улучшения выразительности движения. Кроме того этот метод может применяться при изучении сложных и длинных танцевальных комбинаций.

5. К игровому методу обращаются при проведении музыкально-ритмических игр, Данный метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышения ответственности каждого за достижение определенного результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Краткое описание методики обучения по программе. Программный материал дает возможность осваивать сюжетно-тематические произведения и привлекать высокохудожественную музыку - классическую, народную, современную. В процессе постановочной работы, репетиций дети приучаются к сотрудничеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности. В ходе постановочной работы учащиеся осваивают музыкально-танцевальную

природу искусства. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движений. Руководитель, придерживаясь содержанием программы, может творчески подходить как к проведению занятий, так и к постановочной работе, руководствуясь изложенными выше воспитательными целями, конкретными условиями.

Методика преподавания в объединении народного танца в своей основе опирается на профессионально - хореографические учебники, но с учетом разных целей обучения специфики хореографического объединения, где состав учащихся разнороден и по способностям и по возрасту, а занятия проводятся 2 раза в неделю. Этим обусловлено особое внимание к эффективности учебного процесса и выбора репертуара. Программа сочетает тренировочные упражнения и танцевальные движения классического, народно - сценического и детской хореографии, что способствует развитию танцевальности учащихся. Теоретические сведения по музыкальной грамоте даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками. Программа дана по годам обучения. На каждый год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным четырем разделам:

- 1) азбука музыкального движения;
- 2) элементы классического танца;
- 3) элементы народного танца;
- 4) танцевальная импровизация.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографическом кружке границы их несколько стлаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и народного танца, исполняются задания на импровизацию. Руководитель строит работу таким образом, чтобы не нарушать целостность педагогического процесса, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Программа дает возможность использовать танцевальные движения при минимуме тренировочных упражнений. Вместе с тем в основе преподавания классического, народного танца лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.

В первый этап включены коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально ритмическое развитие учащихся. На 1-2 годах обучения они строятся на шаге, беге в различных рисунках, ориентируя детей в пространстве времени, развивая музыкальность. В дальнейшем ритмическое воспитание происходит непосредственно на элементах танцевальных движений.

На втором этапе вводятся элементы классического танца. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям и физической нагрузке. Укрепляют мышцы спины, ног, способствуют развитию координации движений.

В третий этап включены элементы народного танца, танца разного характера. На этом материале необходимо дать учащимся представление о диапазоне национальных плясок: от спокойных до темпераментных, от танцев, где ведущая роль принадлежит рукам и корпусу, до таких, где техника ног доводится до виртуозности. Использование различных танцев позволяет развивать координацию корпуса, рук, ног и головы.

Учитывая, что в хореографический кружок часто принимаются дети без специального отбора, одной из задач руководителя является исправление дефектов осанки.

Особое внимание следует уделить занятиям с мальчиками, стимулируя их интерес к повышенной физической нагрузке, что особенно относится к подростковому возрасту, который тяготеет к преодолению трудностей.

Учащиеся во время обучения должны получить представление о том, как танцевальные движения выражают внутренний мир человека, что красота танца - это совершенство движений и линии человеческого тела, выразительность, легкость, сила и грация.

Работа с родителями. Педагог призван оказывать помощь родителям в определении методов и приемов воспитания детей, в руководстве домашней учебной работе детей, не оставлять родителей в стороне от учебного процесса, постараться, чтобы они были соучастниками жизни ансамбля.

Для этого, по мере необходимости, нужно проводить индивидуальные беседы по проблемам обучения и развития детей, родительские собрания, открытые уроки для родителей с обсуждениями достижений детей, необходимости единой формы и т.д. Эффективны совместные экскурсии, просмотр концертов и проведение совместных праздников. Для решения организационных моментов важно выбрать родительский актив.

Диагностика. Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся является педагог, использующий методы наблюдения и включения детей в хореографическую деятельность.

Основными формами контроля на занятии являются устная выборочная проверка и фронтальный опрос.

При индивидуальном опросе педагог имеет возможность проверить усвоение отдельными учащимися теоретического материала. Фронтальный опрос о правилах исполнения хореографических движений, а также характеристики содержания и выразительных средств музыки позволяет в ограниченное время осуществить проверку знаний большинства обучающихся.

Следует иметь ввиду, что важнейшая функция оценки на занятиях хореографического искусства – этическая: поддержать, стимулировать активность обучающихся или в тактической форме указать обучающемуся на пробелы в развитии.

Для того чтобы получить определенное представление о запасе накопленных за учебный год знаний, проводится аттестация (стартовая,

промежуточная и итоговая). Диагностика результатов ведётся лично педагогом. (*Материалы диагностики в приложении*).

Прогнозируемые результаты и способы их проверки.

Творческий экзамен

по классическому танцу 9го года обучения

Используя положения корпуса en face, epaulement croise, epaulement effacee, позы ecartee, arabesques, сочинить комбинацию у станка по заданию педагога.

1. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук, port de bras корпуса, releve, passé par terre, pas passé и различных турв сочинить комбинацию demi, grand plie на 32 такта.

2. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук, releve, passé par terre, battement tendu en tournant, degage, double battement tendu и различных турв сочинить комбинацию battement tendu на 16 тактов.

3. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук, picce, battement tendu jete pointe, battement tendu pour batteries, battement tendu jete balance и различных турв сочинить комбинацию battement tendu jete на 16 тактов.

4. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук и корпуса, demi plie, rond de jamde par terre en tournant, attitude и различных турв сочинить комбинацию rond de jamde par terre на 32 такта.

5. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук, picce, battement double frappe, petit battement sur le cou-de-pied и различных турв сочинить комбинацию battement frappe на 16 тактов.

6. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук, double battement fondu, battement fondu en tournant, attitude и различных турв сочинить комбинацию battement fondu на 32 такта.

7. Используя связующие и вспомогательные движения port de bras рук, различные виды developpe, pas passé, attitude, releve lent и различных турв сочинить комбинацию adagio на 32 такта.

Приложение 5

Тесты для определения уровня воспитанности и творческого развития

1. Диагностика уровня сформированности толерантности у детей.

а) Тест «Насколько Вы терпимы?» (О. И. Тушканова)

б) ЭКСПРЕСС - ОПРОСНИК «ИНДЕКС ТОЛЕРАНТНОСТИ»(Г.У.

Солдатова, О.А. Кравцова, О.Е. Хухлаева, Л.А. Шайгерова)

2. Диагностика целеустремленности детей

Тест- опросник «Шкала оценки потребности в достижении»

3. Диагностика культуры общения детей

- Тест «Оценка уровня общительности» В.Ф.Ряховского

- Анкета для определения уровня воспитанности учащихся (методика Н.П.Капустина)
- 4. Диагностика сплоченности детского коллектива
-Тест «Определение индекса групповой сплоченности Сишора»
- 5. Диагностика творческого мышления
-Тест креативности Торренса
- 6. - Опросник для выявления одаренных школьников (по А.А.Лосевой) ;
- 7. -Методика «Карта одаренности» разработанная А.И.Савенковым.

Приложение 6

Типовой вариант портфолио обучающегося

1. Титульный лист:

Полное название учебного заведения
ПОРТФОЛИО

Фамилия, имя

Полное название коллектива, его направление деятельности
Ф.И.О. руководителя

Населенный пункт, год

2. Страница

фотография

Название портфолио («Мое хобби», «Мой мир» и др.)
Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

класс _____

Период, за который представлены документы и материалы:

С _____ 20 ____ г. по _____ 20 ____ г.

Контактная информация

(Телефон) (e-mail) (веб-страница)

3. Содержание «ПОРТФОЛИО»

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Официальные документы, подтверждающие индивидуальные достижения в различных сферах деятельности:

- дипломы об участии в конкурсах, фестивалях;
- грамоты;
- сертификаты о прохождении курсов;
- результаты тестирования и т.д.

Раздел II. «МОЕ ТВОРЧЕСТВО». Творческие работы, фотографии и пр.

Во второй раздел включаются оригиналы разных творческих работ, а также же отзывы школьника о мероприятиях, в которых он участвовал, документальные подтверждения об участии в мероприятиях разного направления и уровня.

Раздел III. ОТЗЫВЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ. Данный раздел включает в себя характеристики отношения школьника к людям, различным видам

деятельности, событий. Они могут быть представлены в виде рекомендаций, выводы о качестве выполненных работ, рецензий на творческую работу; благодарственное письмо и пр. Также прилагается перечень представленных отзывов и оригиналы документов.

Раздел IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

РЕЗЮМЕ. Резюме необходимо для предоставления в учебные заведения в случае продолжения обучения по выбранному профилю.
Ф.И.О.

Дата рождения _____

Место рождения _____

Полный домашний адрес (с почтовым индексом): _____

Домашний телефон (с кодом): _____

Место учебы (полное название и точный почтовый адрес с индексом): _____

Контактный телефон (с кодом): _____

E-mail: _____

Цель составления резюме: _____

Дополнительная информация: _____

(Владение иностранными языками, ПК, музыкальным инструментом и

т.д.)

Интересы, предпочтения, хобби и т.д.: _____

Наиболее успешные виды деятельности _____

Дата составления резюме «__» ____ 20__г

Личная подпись _____

БИОГРАФИЯ

Я, _____

Дата заполнения " __ " ____ 20__г

Личная подпись _____

Материально-техническое обеспечение программы.

- Просторный, хорошо освещенный зал квадратной формы (общая площадь - 78,5 кв.м на 15 человек) с деревянными полами и танцевальным стаком (1,5 метров на одного человека).

- Сцена.

- Зеркала в полный рост исполнителя со специальным, безопасным креплением.

- Гимнастические коврики, фортепиано, музыкальный центр с дистанционным управлением и удлинитель с переноской, телевизор с флешкартой или DVD-проигрывателем.

- Методический кабинет.

- Комната для переодевания учащихся 12 кв.м.
- Рабочий кабинет преподавателей (рабочий стол, стулья, выставочный стеллаж, шкаф для верхней одежды, 2 шкафа с антресолью для хранения костюмов и сценического инвентаря, ноутбук для оформления документации, сейф для хранения документации и материальных ценностей.
- Наглядные пособия: журналы, методические пособия, учебные видеофильмы, нотный материал, CD.

ЛИТЕРАТУРА

Нормативно-правовые документы

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ» - М., 2012 (Принят ГД РФ 21.12.12, одобрен Советом Федерации 26.12.12, подписан Президентом РФ 29.12.12 № 273 ФЗ);
2. Закон «Об образовании в Республике Башкортостан» от 1 июля 2013 года №696-з;
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена Распоряжением №1726-р, 4 сентября 2014 г.
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196;
5. "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. №41
6. Конвенция ООН «О правах ребенка».
7. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с "Методическими рекомендациями по проектирование дополнительных общеразвивающих программ")
8. Конституция Российской Федерации. – М.: Айрис-Пресс, 2010.

Для педагога

1. Балет: Энциклопедия. – М., 1981.
2. Белкина С.И., Т.П. Ломова, Е.Н. Соковнина. Музыка и движение. – М. Просвещение, 1983.
3. Богданов Г.Ф. Урок русского народного танца. – М., 1995.
4. Борзов А.А. Народно-сценический танец. Программа для хореографических училищ по специальности №0506 «Артист балета». – М., 2004.
5. Бурмистров Н. Деревенский перепляс // Народное творчество. – 2000, №2.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (этюды). Учебное пособие.- М., Владос, 2004.
7. Гусев Г.П., Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). Учебное пособие. – М. Владос, 2012.
8. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М., 1994.
9. Лукьянова Е.А., Дыхание в хореографии. Изд. «Искусство», 1979.
10. Мельдалль К. Поэтика и практика хореографии / Кристине Мельдалль. – М.: Кабинетный учений, 2015.

11. Мурашко М.П. Формы русского танца. Часть 1. – М., 2006.
12. Мурашко М.П. Формы русского танца. Часть 2. – М., 2007.
13. Мурашко М.П. Русская пляска. Учебное пособие. Московский гос. ун-т культуры и искусств. - Москва: Изд. дом МГУКИ, 2010.
14. Настюков Г.А. Народный танец на самодеятельной сцене. – М., 1976
15. Настюков Г.А. Русский танец в самодеятельном хореографическом коллективе. – М., 1988.
16. Николаева Е. И. Психология детского творчества. – СПб. : Питер, 2010.
17. Психологические тесты. Под ред. А. А. Карелина. – М. «Гуманит. изд. центр Владос», 2002.
18. Фомин А.С. Народный танец. – Спб., 1991.
19. Худеков С. Н. Искусство танца. История. Культура. Ритуал. – М.: ЭКСМО, 2010.

Для обучающихся

1. Богданов Г.Ф. Самобытность русского народного танца. – М., 2003.
2. Башкирские сказки и легенды. – Уфа: Китап, 1996.
3. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: «Респекс, Люкс», 2005.
4. Орф К. Музыка для детей: Русская версия. Т. 1. Музыка и музикование : учебники и учеб. пособ. д/прочих видов обучения / Карл Орф ; пер. с нем. Г. Хохряковой. – Из-во: MusicProductioninternational, 2008.
5. Словарь терминов гимнастики и основ хореографии / авт. сост. Рябчиков А. И. – СПб : Изд-во «Детство-Пресс», 2009.

Медиатека

1. Гузель Измайлова. Государыня русская песня. 2011. (CD)
2. Оренбургский Государственный академический русский народный хор «Оренбургский пуховый платок». Песни оренбургского края. 2010. (CD)
3. Кубанский казачий хор. Концерт в Государственном Кремлевском Дворце «За Веру и Отечество!». 2010.(DVD+CD)
4. «Орлятко збирае друзив» заключительный гала концерт 15-го Международного фольклорного фестиваля г. Днепропетровск Украина 2011.
5. Osipov balalaika orchestra. 2008. (CD)
6. Государственный Ордена дружбы народов ансамбль песни и танца Республики Татарстан. «Золотой фонд».2009. (DVD+CD)
7. ГААНТ им. Файзи Гаскарова РБ. Танцы народов мира. 2010. (DVD+CD)
8. Ансамбль Республики Адыгея под руководством Заслуженного артиста России Аскера Тучетля. Вечернее шоу «Ахинтам». 2009. (DVD+CD)

9. Стефан Георгиев. Магията на аккордеоне. 2006. (DVD+CD)

Интернет ресурсы

1. Хореограф. Режим доступа: <http://horeograf.ucoz.ru/>
2. Балетная и танцевальная музыка. Режим доступа: http://www.balletmusic.ru/links_2.htm
3. Бесплатная электронная библиотека. Режим доступа: <http://dissers.ru/avtoreferati-dissertatsii-pedagogika/a107.php>
4. Нужные книги по хореографии и танцам. Режим доступа: <https://nsportal.ru>
5. Хореограф онлайн. Тренинг центр. Режим доступа: <http://online.horeograf.com/>
6. Хореография для всех. Режим доступа: <https://horeografiya.com/index>

Приложение 1

Список примерного музыкального репертуара:

И. Штраус Персидский марш ; Л. Руднева Русский лирический танец; В низенькой светелке р.н.п. обр. В. Зощенко; Стукалочка р. н. п. обр. В. Зощенко; Воронежский танец обр. В. Зощенко; Молдовенянска молдавский танец; Тарантаэла итал. нар. танец обр. В. Зощенко; Испанский танец отрывок М. Мошковский; Мазурка польский нар. танец обр. В. Зощенко; Выйду ль на реченьку р. н. п. обр. В. Зощенко; Хора молдавск. нар. танец обр. В. Зощенко ; Й. Брамс Венгерский танец; Плескач укр. нар. танец; Венгерка «Ритка» венгерск. нар. танец обр. В. Зощенко; Цыганский танец обр. В. Зощенко ; Чешская полька обр. В. Зощенко; Грузинская лезгинка обр. В. Зощенко; Жок молдавск. нар. танец; Я.Бихари Венгерский танец; Чардаш венгерск. нар. танец обр. В. Зощенко ; Испанский танец обр. В. Зощенко; Н. А. Римский-Корсаков «Песня восточного гостя из оперы «Садко»; Н. Артемова Еврейская хора; Н. Артемова Немецкий танец; Гопак укр. нар. танец; Гусачок русс.нар. танец обр. В. Зощенко; Наз –пар армянский нар.танец. обр. В. Зощенко; Хава нагила еврейск.нар.танец; М. Глинка Мазурка; Krakowianka польск. нар танец обр. В. Зощенко; Н.Артемова Сиртос греч. нар. танец ;М. Глинка Андалузский танец; Ф. Лист Арагонская хата; Н.Артемова Австрийский лендлер; Н.Артемова Халлинг норвежск.танец.

Приложение 2

репертуар