

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Начальная школа – детский сад №115»
Центр дополнительного образования
«Гармония»**

Согласовано:
Методический совет
от «31» мая 2022 г.
Протокол №17

УТВЕРЖДАЮ:



Директор начальной школы –
детского сада №115
Н.Н. Зеленцова
от «06» июня 2022 года
Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол №6
от «06» июня 2022 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Студия народного танца»**

Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:
Порохина Татьяна Александровна, педагог
дополнительного образования

Ярославль
2022

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематическое планирование.....	7
3. Содержание программы.....	9
4. Ожидаемые результаты.....	16
5. Обеспечение программы.....	16
6. Оценочные материалы программы.....	17
7. Список информационных источников.....	18
8. Приложения.....	19

1. Пояснительная записка.

Обоснование необходимости разработки.

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

Для того чтобы дать понятие об основах народного танца, показать многообразие его видов и различную манеру исполнения, богатство лексики, познакомить с исполнительскими традициями танца разработана программа «Народный танец».

Актуальность программы: основа данной программы составляет, с одной стороны, ориентация на общечеловеческие ценности танцевальной культуры, а с другой – установка на развитие творческой индивидуальности ребенка.

Новизна программы:

- Программа составлена с учетом мотивации, интересов и возрастных особенностей воспитанников.
- В программе предусматривается более глубокое изучение танцевального жанра, овладение практическими умениями и навыками в танцевально-пластическом движении и импровизации.
- Программа составлена с учетом индивидуального подхода к ребенку с любыми способностями, с разным уровнем знаний.

Категория учащихся:

Программа предназначена для детей 7 – 10 лет, без особых образовательных потребностей. Наполняемость групп от 15 до 25 человек. Состав групп предположительно одного возраста, имеющих интерес к художественно-эстетической деятельности и направлена на обеспечение дополнительной теоретической и практической подготовки по хореографии. Набор учащихся – свободный, по заявлениям родителей.

Направленность программы – художественная. Она направлена на творческое развитие детей, младшего школьного возраста через приобщения их к истокам культуры и необходимости возрождения духовности танца.

Вид программы: адаптированная. **Тип программы:** специализированная.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в следующем:

- Комплексный подход к организации занятий с детьми обеспечивает укрепление их психического и физического здоровья, положительную социализацию ребёнка;
- Занятия по данной программе способствуют развитию таких качеств личности, как трудолюбие, самоконтроль, выносливость, терпение, самостоятельность, ответственность за результат своей деятельности.
- Занятия и коллективные выступления с танцами перед зрителями воспитывают у учащихся чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества. Обучающиеся знакомятся с жизнью, бытом, костюмом, музыкой, национальными особенностями не только русского народа, но и других народов мира.

Цель программы - развитие личности ребенка, его гуманного отношения к окружающему миру, формирование в нем эстетических идеалов на основе овладения искусством хореографии.

Задачи программы:

В обучении:

- обеспечить усвоение практических умений и навыков при изучении программного материала;
- изучить терминологию в народном танце;
- изучить историю танцевальной культуры, основ актерского мастерства танцоров;
- учить ритмическим упражнениям под музыку, дающим представление о танце.

В воспитании:

- воспитывать у обучающихся настойчивость и стремление преодолевать трудности, возникающие перед ними в выполнении тех или иных упражнений;
- воспитание духовно-нравственных ценностей обучающихся;
- воспитание любви и уважения к народным традициям.

В развитии:

- развитие чувств ритма и музыкальности детей, их моторико-двигательной и логической памяти;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны, к деловому сотрудничеству в процессе коллективной деятельности;
- развитие потребности в самораскрытии и самореализации;
- развитие и формирование художественного вкуса и эстетических наклонностей.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные **принципы**:

- целенаправленность учебного процесса,
- систематичность и регулярность занятий,
- постепенность в развитии танцевальных данных учащихся,
- строгая последовательность в освоении лексики и техническими приемами танца.

Отличительные особенности программы.

Образовательная программа по народному танцу состоит из **3-х разделов**:

- Теоретический раздел.
- Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала
- Работа над этюдами, построенными на материале танцев разных народов.

Все перечисленные разделы связаны между собой, однако, каждый из них имеет свои конкретные задачи:

Теоретический раздел

Раздел включает в себя историю формирования народного танца в целом; традиции и характеристику изучаемых народностей; отличительные особенности танца. Историю народного костюма.

Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала

Раздел включает в себя различные виды танцевальных ходов, дробей, движений, хлопшек, используемых в народных танцах, причем за основу взяты движения русского народного танца. В каждом классе предлагается изучение основных движений

определенных народных танцев. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации, которые из года в год усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса головы, исполняются с продвижением в разных направлениях, комбинируются с другими элементами танца. Основной задачей раздела является постепенное и последовательное развитие и усложнение техники исполнения, силы и выносливости учащихся, приобретение навыков и умения передавать характерные особенности того или иного народного танца.

Работа над этюдами

Раздел включает в себя этюды в характере русских, польских, эстонских, литовских, украинских, белорусских, цыганских, молдавских, венгерских, итальянских, испанских танцев. Каждый этюд должен представлять собой небольшой народный танец. Основной задачей раздела является закрепление полученных знаний и умений упражнений на середине зала, развитие и совершенствование техники танца, актерского мастерства. Предлагаемые народные танцы рекомендованы для обязательного изучения. Исходя из уровня подготовленности класса, преподавателю разрешается использовать творческую инициативу выбора хореографического материала.

Режим организационных занятий:

Программа рассчитана на 4 года обучения, для детей от 7 до 10 лет. Объем часов по предмету составляет 72 часа в год, 288 часов за 4 года. Занятия проводятся 2 раза в неделю во второй половине дня, по одному академическому часу. Срок реализации программы – среднесрочный.

Календарный учебный график:

1 сентября - 30 декабря- первое полугодие.

Зянваря -30 июня-второе полугодие.

Особенности комплектования групп: набор обучающихся – свободный. Прием обучающихся в объединения учреждения производится на основании заявления родителей (законных представителей) несовершеннолетних граждан, при личном обращении. Количество учебных групп и численный состав регламентируется учебным планом Учреждения. Основное комплектование групп обучающихся проводится 25 августа по 15 сентября текущего года. При наличии свободных мест в объединении, прием обучающихся может осуществляться в течение всего учебного года.

Формы образовательного объединения:

Основная форма организации занятий – групповая, кружок состоящий из детей одного возраста и имеет постоянный состав.

Структура проведения занятий - классическая.

Программой предусмотрены:

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- комбинированные занятия.

Занятия чаще проходят по комбинированному типу, так как включают в себя повторение пройденного материала, объяснение нового, закрепление и подведение итогов.

Занятия так же могут проходить в форме:

- сводных репетиций;
- репетиционно - тренировочных;
- контрольных;
- учебных концертов.

Форма аттестации обучающихся:

Диагностика творческих способностей

Наблюдение за деятельностью обучающегося

Отчетные концерты

Участие в праздничных мероприятиях ОУ

Участие в конкурсах

Мониторинг качества на отчетном концерте, в конце учебного года.

**2. Учебно-тематическое планирование
студии народного танца.**

Первый год обучения.

№	Название тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	1	-	1
2	Русский народный танец. Разнообразие жанров и особенности исполнения.	4	15	19
3	Положения рук и ног в русском народном танце.	-	9	9
4	Основные шаги и ходы в русском народном танце.	-	12	12
5	Основные движения в русском народном танце.	-	12	12
6	Репетиционно-постановочная работа.	-	14	14
7	Концертные выступления	-	3	3
8	Итоговые занятия	1	1	2
	Итого:	6	66	72

Второй год обучения.

№	Название тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	1	-	1
2	Основы Народно-сценического танца	4	-	4
3	Русский народный танец.	2	11	13
4	Польский народный танец	2	9	11
5	Эстонский народный танец	2	9	11
6	Литовский народный танец	2	9	11
5	Репетиционно-постановочная работа.	-	16	16
6	Концертные выступления	-	3	3
7	Итоговые занятия	1	1	2
	Итого:	14	58	72

Третий год обучения.

№	Название тем	Количество часов
---	--------------	------------------

		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	1	-	1
2	Русский народный танец.	2	9	11
3	Белорусский народный танец.	2	11	13
4	Украинский народный танец.	2	11	13
5	Цыганский танец.	2	11	13
6	Репитиционно-постановочная работа.	-	16	16
7	Концертные выступления	-	3	3
8	Итоговые занятия	1	1	2
	Итого:	10	62	72

Четвертый год обучения.

№	Название тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	1	-	1
2	Русский народный танец.	1	7	8
3	Молдавский народный танец.	1	9	10
4	Венгерский народный танец.	1	9	10
5	Итальянский народный танец.	1	9	10
6	Испанский народный танец	1	9	10
7	Репитиционно-постановочная работа.	-	18	18
8	Концертные выступления	-	3	3
9	Итоговые занятия	1	1	2
	Итого:	7	65	72

3. Содержание учебного предмета.

Первый год обучения.

1. Вводные занятия.

Педагог рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

2. Русский народный танец. Разнообразие жанров и особенности исполнения.

Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм (хороводы, кадрили, переплясы и пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Введение в предмет «Русский танец». Жанры русского народного танца: Хороводы (орнаментальные, игровые). Пляски (сольные, парные, групповые, массовые, переплясы). Кадриль (линейные, квадратные, круговые). Отличительные особенности одного жанра от другого. Прослушивание музыкального материала характерного каждому жанру. Отличие мужской пляски от женской. Особенности исполнения и содержания танца в разных частях России (Центральная, Южная, Северная).

3. Положения рук в русском народном танце.

Основные положения ног: 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

- 1.Подготовительное, первое и второе.
- 2.Подготовка к началу движения.
- 3.Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

4. Основные шаги и ходы в русском народном танце.

Переменный ход вперед, назад, с притопом, гармошка, припадание, дробная дорожка, приставной хороводный шаг, шаг кадрили, елочка, шаг с молоточком, семенящий шаг и т.д.

5. Основные движения в русском народном танце.

Моталочка, веревочка, хлопушка (хлопушки по голенищу сапога и возле колена), присядка (присядка с продвижением в сторону, с хлопушкой; с ковырялочкой), дробь и ключи, маятник и т.д.

Второй год обучения.

1. Вводные занятия.

Педагог рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося

2. Основы народно-сценического танца.

Теория. Введение в предмет «Народно-сценический танец». Многообразие народных танцев. Связь и различие с классическим танцем.

3. Русский народный танец.

Основные положения ног: 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

- 1.Подготовительное, первое и второе.
- 2.Подготовка к началу движения.
- 3.Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Основные элементы танца:

1. Раскрывание и закрывание рук: одной руки; двух рук; поочередные раскрывания рук; переводы рук в различные положения.

2. Поклоны: на месте без рук и с руками; поклон с продвижением вперед и отходом назад.
3. Притопы: одинарные (женские и мужские); тройные.
4. Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука; с носка.
5. Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу; с притопом и продвижением вперед; с притопом и продвижением назад.
6. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
7. «Гармошка», «Ёлочка», «Припадание».
8. «Веревочка», «Ковырялочка».

4. Польский народный танец.

Характеристика Польского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма. Наиболее известные танцы - «Краковяк», «Мазур», «Полька».

Мазурка, которую мы изучаем, обязана своим происхождением польскому народному танцу "Мазуру". Хореографы прошлого и настоящего используют мазурку и ее элементы для воспитания чувства позы, умения общаться с партнером в танце. Здесь есть энергичные ходы по площадке, вращения в парах, прыжки и выпады на колено, т. е. все то, что прививает учащимся необходимые навыки поведения на сцене. Этому способствует четкая, ритмичная и темпераментная музыка.

Основные элементы Польского танца:

1. Характерные позиции, положения и движения ног и рук.
2. «Ключ» - удар каблуками (одинарный, двойной)
3. «Перебор» - 3 переступания на месте по I-й позиции.
4. Основной ход мазурки
5. Легкий бег
6. «Отбиянэ» - скольжение одной ногой с подбиванием ее другой.
7. «Голубец» - подбивание ноги подряд в сторону.
8. Опускание на колено: с шага, с выпадом.
9. Заключение простое и двойное.
10. Падебаск – основной ход «Краковяка»: тройной перескок с ноги на ногу, VI позиция.
11. Повороты «под рукой» (у мальчика, у девочки).
12. Основные положения рук польского танца в паре:
 - за руки внизу, впереди;
 - руки крест-накрест;
 - мальчик держит девочку правой рукой за талию, а левой – за левую;
 - левая рука девочки в левой руке мальчика;
 - правая рука девочки в IV или II позициях;
 - танцующие стоят лицом друг к другу, руки разведены во II позицию и соединены.

5. Эстонский народный танец.

Характеристика Эстонского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма. Наиболее известный танец – «Йоксу-полька», «Тульяк», «Вырусский».

Элементы Эстонского танца:

1. Основные положения рук, корпуса, головы.
2. Основные движения эстонского танца «Тульяк»: лёгкий бег, шаг польки, шаг с подскоком, подскок в повороте, шаг с проскальзыванием, талла-полька.
3. Основные движения танца «Йооксу-полька»: основной ход, парный поворот, выпады с поворотом и др.
4. Основные движения «Вырусского танца».
5. Танцевальные этюды в характере эстонских танцев: «Тульяк», «Вырусский», «Йооксу-полька».

6. Литовский народный танец.

Характеристика Литовского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма. Наиболее известный танец – «Микита» (мужской танец с палками), «Садуте», «Ругяляй» («Рожь»), «Ругучай» («Колосья»).

Литовские народные танцы преимущественно коллективные. Сольное исполнение встречается редко, а перепляс вообще неизвестен. Мужчины и женщины участвуют в танце одновременно, но имеются особые мужские и женские танцы.

Для большинства литовских народных танцев характерна симметричность рисунка и движений. Движения весьма разнообразны: известно более 30 отдельных па. Движения танцующих легкие, мягкие, прыжки невысокие и плавные.

1. Положения рук, ног и корпуса.

2. Ходы и движения на месте: простые шаги, шаги вперед, одна нога накрест другой (чередующиеся с переступаниями на месте), боковые шаги, «качающийся шаг», легкий бег, шаги с подскоками, подскоки (поочередно, то на двух, то на одной ноге), перескоки из стороны в сторону, концовка в три удара, полька

Третий год обучения.

1. Вводные занятия.

Педагог рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося

2. Русский народный танец.

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение).
2. Бытовой шаг с притопом.
3. «Шаркающий шаг» каблуком по полу.
4. «Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад.
5. «Девичий ход» с переступаниями.
6. Боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.
7. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе. Вариации.
8. «Веребочка» простая с поочередными переступаниями, с двойным ударом. Вариации.
9. «Ковырялочка» с притопом.
10. «Ключ» простой на подскоках.
11. Дробные движения. И другие.

3. Белорусский народный танец.

История формирования и особенности исполнения народных танцев Белоруссии, особенности народного костюма. Наиболее известные танцы: «Лявониха», «Крыжачок», «Бульба» и др.

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью. Характер движений белорусских народных танцев легкий и трамплинный.

Основные элементы танца «Лявониха»: основной ход, боковой скользящий шаг, повороты с отбросом ноги, Подбивка, движения в паре.

Основные элементы танца «Крыжачок»: притопы одинарные; подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте; тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции; простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад; основной ход; поочередные выбрасывания ног на каблук вперед; тройные притопы с поклоном.

Положение рук:

- а) положение рук в сольном танце;
- б) положение рук в массовых и парных танцах;

в) подготовка к началу движения.

4. Украинский народный танец.

Характеристика Украинского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма. Наиболее известные танцы «Гопак», «Казачок».

Основные элементы Украинского танца:

1. Медленный женский ход.
2. Ход назад с остановкой на третьем шаге.
3. «Веребочка» простая и двойная, в повороте, с переступанием и выносом ноги вперед на каблук.
4. «Тынок» (перескок с ноги на ногу) женский и мужской.
5. «Выхилистник» простой, с «упаданием», с «угинанием».
6. «Похид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед).
7. «Голубцы» с притопами, на месте и с продвижением в сторону, в повороте.
8. «Выступцы» (подбивание одной ногой другую).
9. Позиции ног, рук и положения рук в парном и массовом танце.
10. «Бегунец».
11. «Припадание» по III позиции вперед, в сторону, назад.

Положения рук в украинском танце:

- девочки

II, III открытая, IV позиции, «корзиночка»;

- мальчики

II, III открытая, IV позиции, руки на затылке.

Основные движения украинского танца «Гопак»:

- «бигунец», «голубец», «выхилистник», «дорижка», «угинание», «плетена», «верёвочка», «метёлочка», «подсечка», «ползунок», низкий и высокий «тынок», «обертаз», а также разновидности и варианты этих движений и др.

Основные движения западной Украины – Закарпатии:

- основной шаг танца «Коломийка», «плетёнка», «выбиванец», «трапатянка», «хромающий шаг», «трапатянка», вращения и другие.

5. Цыганский танец.

Характеристика Цыганского танцевального творчества. Особенности народного костюма.

Наиболее известный сценический танец – «Цыганочка».

Особенностью танца является композиция, которая в таборной манере может отсутствовать: постепенное нарастание темпа, от медленного в начале до очень быстрого и энергичного в конце. Особое внимание уделяется сложной игре ног. В мужском танце характерное движение – быстрое и ритмичное обхлопывание себя. В женском танце – грациозное и выразительное движение рук, бой плечами. Для сценической версии женского танца характерны так же игра пальцами, заимствованная из фламенко и восточных танцев, широкие, фигурные взмахи юбкой, партер.

Виды цыганского танца: Цыганская венгерка, парный танец балканских цыган, цыганский танец живота, фламенко, танец польских цыган, танец цыган-мадьяр, хора, ора, танец русских цыган.

По стилю цыганские танцы делятся: салонный, уличный, таборный, сценический.

Элементы цыганского танца:

1. Основные положения рук, корпуса, головы, «дрожь» плечей.
2. Основной ход вперёд (сценический вид). Ход с продвижением назад. Женский боковой ход. Мужской ход с хлопкой.
3. Повороты.
4. Владение юбкой, шалью.
5. Чечётка.
6. Хлопки.

Четвертый год обучения.

1. Вводные занятия.

Педагог рассказывает о правилах поведения на занятии, о технике безопасности во время пользования техническими средствами и особенностях внешнего вида учащегося.

2. Русский народный танец.

Основные положения ног: 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

- 1.Подготовительное, первое и второе.
- 2.Подготовка к началу движения.
- 3.Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Основные элементы танца:

1. Раскрывание и закрывание рук: одной руки; двух рук; поочередные раскрывания рук; переводы рук в различные положения.
2. Поклоны: на месте без рук и с руками; поклон с продвижением вперед и отходом назад.
3. Притопы: одинарные (женские и мужские); тройные.
4. Простой (бытовой) шаг: вперед с каблука; с носка.
5. Простой русский шаг: назад через полупальцы на всю стопу; с притопом и продвижением вперед; с притопом и продвижением назад.
6. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
7. «Гармошка», «Ёлочка», «Припадание».
- 8.«Веревочка», «Ковырялочка».

3. Молдавский народный танец.

Характеристика Молдавского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма.

(музыкальный размер 2/4, 4/4, 6/8)

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Медленная «Хора», широкая «Молдовеняска», огневая «Сырба» отражают труд, быт и характер людей. Элементы молдавского – танца - подскоки, различные ходы, прыжки, вращения в сочетании со сложными движениями рук и ритмическими рисунками – помогают учащимся выработать танцевальность, техническое мастерство, чувство позы, выносливость. В основном молдавские танцы массовые, что приучает к ансамблевой дисциплине.

1. Положение ног.
2. Положения рук в сольном и массовом танцах.
3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).
4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.
5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.
6. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.
7. Ход на одну ногу с прыжком.
8. Боковой ход с каблука.
9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.
10. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх на 30 в перекрещенное положение.
11. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону.
12. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.
13. Вращение в паре внутрь и наружу на подскоках.
14. Прыжок с поджатыми ногами.
15. «Ключ» молдавский (носок - каблук, носок – каблук разными ногами, соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами).
16. Тройные переборы ногами.
17. Основные движения молдавского танца «Хора»:

- медленный ход, «плетёнка», шаг с вынесением ноги, с переходом с каблука на носки и др.

- парное движение «встреча» шаг на правую ногу, левая на *cou-de-pied*;

18. Основные движения танца «Молдавеняска»: основной шаг(шаг с подскоком и подъемом ноги в положение «у колена» по VI позиции: на месте, с продвижением вперед, в повороте), «плетёнка», «змейка», вращения в паре, соскоки, «подбивка», «ключ» и другие.

4. Венгерский народный танец.

Характеристика Венгерского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма.

Венгерский сценический танец построен на основе народного танца, но прошел большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения. Движения медленного танца отличаются величавостью и плавностью. Движения, исполняемые в быстром темпе, полны задора, огня и требуют большой четкости исполнения. Позы, повороты, общение с партнером, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено - все это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

Наиболее известный танец «Чардаш».

Основные элементы Венгерского танца:

1. Положения ног и рук.
2. «Ключ» - удар каблуками (одинарный, двойной).
4. Заключение (усложненный «ключ»): одинарное, двойное.
5. Ходы и основные движения:
 - ход вперед с открыванием ноги через *developpe*;
 - шаги с приставкой в VI позицию и двумя последующими приседаниями.
 - шаг в сторону с двумя переступаниями (*рав balance*).
6. Перебор - три переступания на месте с открыванием ноги на 35°.
7. "Веревочка" на месте, с продвижением назад и в повороте.
8. Развертывание ноги (*battements developpe*) вперед и в полу приседании: с последующими шагами, с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.
9. «Голубец»: простой с подгибанием ноги в сторону, в прыжке с двойными ударами по 1й прямой позиции.
10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции.
11. *Port de bras* в характере венгерского танца.
12. *Pas de bourree*.
13. Соскоки во II завернутую позицию.
14. Парные вращения: «ключ» в повороте; «голубец» в повороте;
15. Хлопушки с ударами по бедру, голенищу (внутри, снаружи).
16. Основные движения к танцу «Чардаш»:
 - шаг вперёд с раскрыванием ноги на 90° (*developpe*);
 - «голубцы» одинарные и двойные;
 - «ключ»- заключение, разновидности;
 - парное вращение;
 - шаг с приседанием;

5. Итальянский народный танец.

Характеристика Итальянского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма. Музыкальный инструмент – «Тамбурин».

Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» довольно близка к народной.

Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и четкой координации движений. Однако в начальной стадии изучения элементов танца не следует увлекаться изучением их в замедленном темпе, так как характер танца быстрый и жизнерадостный.

Основные элементы Итальянского танца:

1. Положение ног характерные для танца.
2. Положение рук в танце.
3. Движение рук с тамбурином.
4. Скольжение на носок вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).
5. Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте с продвижением назад.
6. Бег тарантеллы на месте с продвижением вперёд.
7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.
8. Перескоки с ноги на ногу.
9. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте.
10. Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой накрест другой.
11. Основной ход «Тарантеллы»:
-подскоки с подниманием ноги в положение «у колена»;
-галоп с шагом вперед, поочередно с двух ног.
12. Отскок в сторону с вынесением другой ноги в сторону на каблук.
13. Pas tombe в сторону в I arabesque.
14. Sissonne в позу attitude, с ногой в положении sur le cou-de-pied.
15. Соскоки во II позицию с поворотом на одной ноге в позу attitude: en dehors и en dedans.
16. Подскоки на месте в повороте в позу attitude назад.

6. Испанский народный танец.

Характеристика Испанского народного танцевального творчества. Особенности народного костюма. Музыкальный инструмент – «Кастаньеты».

Наиболее известные танцы «Фламенко», «Арагонская хота», «Посадобль».

1. Положение ног, рук. Переводы рук в различные положения
2. Ходы: удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское); удлиненный шаг вперёд на всю стопу в прямом положении в полуприседании двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед).
5. Соскоки: в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание; в 1-ю, 4-ю прямую и 5-ю свободную позицию на полупальцы в полуприседание.
6. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в полуприседании(pas balance) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.
7. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъёмом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (pas glissade), в координации с движением руки и наклоном корпуса.
8. Zapateado – поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции:
а) Удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами,
б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди.

9. Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса.
10. Движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад и вперёд.

4. Ожидаемые результаты.

1 год обучения:

- знают понятие «Народный танец»;
- умеют правильно исполнять движения в характере определенной музыки;
- знают и умеют держать основные рисунки танцев;
- соблюдают правила техники безопасности в учреждении и на занятиях;

2 год обучения:

- знают понятия «народно-сценический» танец;
- знают термины и правила исполнения пройденных движений;
- умеют правильно, выразительно и эмоционально исполнять проученные движения;
- умеют двигаться в характере определенной музыкальной темы;
- сформирован навык держать рисунок танца;
- умеют передавать образ в соответствии с музыкальным сопровождением;
- соблюдают правила техники безопасности в учреждении и на занятиях.

3 год обучения:

- владеют многообразием рисунков в танце;
- знают термины и правила исполнения проученных движений;
- умеют эмоционально выражать танцевальные движения;
- двигаются в соответствии с музыкальным материалом;
- передают образ и национальный характер исполнения;
- знают правила поведения на занятиях, технику безопасности в танцевальном зале.

4 год обучения:

- знают различие в понятиях «Народный танец» и «Народно-сценический танец»;
- знают термины и правила исполнения проученных движений;
- знают историю танцевальной культуры и названия деталей народных костюмов разных стран;
- умеют ритмически точно и четко исполнять упражнения, движения;
- эмоционально и артистично исполняют танцевальные движения;
- знают правила постановки рук, группировки пальцев, ног, головы, корпуса в народном танце;
- понимают особенности национального фольклора и музыки;
- сформирован интерес к народному танцу;
 - знают основы актерского мастерства

5. Обеспечение программы.

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы обеспечены необходимые условия:

- помещение в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН;
- зеркальная стена;

- репетиционная форма;
- танцевальная обувь;
- музыкальный центр;
- коврики;

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

Организационное обеспечение: наличие специально оборудованного хореографического зала.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования. Для образовательного процесса есть привлечение дополнительных специалистов-концертмейстера.

6. Оценочные материалы программы

Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Текущий контроль:

- диагностика творческих способностей (1 раз в год в начале учебного года);
- наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе занятий (постоянно);

Промежуточная аттестация:

- отчетные концерты (1 раз в год);
- участие в праздничных мероприятиях ОУ (по плану воспитательной работы ОУ);
- участие в фестивалях и конкурсах (1 раз в год);

Способами оценивания результативности обучения являются:

- мониторинг качества участия в концертах и достижения (1 раз в год в конце учебного года);

Форма аттестации обучающихся:

- Диагностика творческих способностей
- Наблюдение за деятельностью обучающегося
- Отчетные концерты
- Участие в праздничных мероприятиях ОУ
- Участие в конкурсах
- Мониторинг качества на отчетном концерте, в конце учебного года.

7. Список информационных источников.

Для педагога:

1. Богданов Г. Урок русского народного танца. – М., 1995.
2. Васильева Е. «Танец» Москва «Искусство» 1968г.
3. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1964.
4. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» Москва «Валдос» 2004г.
5. Климов А. Основы русского танца. – М.: Искусство, 1994.
6. Матвеев В.Ф. «Русский народный танец» теория и методика преподавания Москва «Планета музыки» 2013г.
7. Стуколкина Н. М. Уроки характерного танца. – М.: Всероссийское театральное общество, 1972.
8. Ткаченко Т. «Народные Танцы» Москва «Искусство» 1975г.
9. Уральская В., Соколовский Ю. Народная хореография. – М., 1972.
10. Устинова Т. А. Русские танцы. – М.; Молодая гвардия, 1955.

Для родителей:

1. Браиловская Л.В., Володина О.В., Цыганкова Р.В. Танцуют все. – Ростов-на-Дону 2007
2. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Кветная О.В. Учите детей танцевать. – М., 2003
3. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т.Ф. Каневская Л.Я. Гигиенические основы воспитания детей. – М., 1987
4. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб., 1997
5. Конорова Е. Ритмика. – М., 1997
6. Лифиц И.В. Ритмика. – М., 1992
7. Пасотинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985
8. Шипилова С.Г. Танцевальные упражнения. – М., 2004
9. Школа танцев для юных. – СПб., 2003

Для детей:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-пресс, 1999- (Внимание дети).
2. Бочарникова Э.В. Страна волшебная - балет. - М.: Детская литература, 1974.
3. Жиенкулова Ш. Тайна танца. - Алма-Ата, 1980.
4. Слуцкая СЛ. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. - М.: Линка-пресс, 2006.

8. Приложение.

Терминологический словарь

Адаптация – процесс активного приспособления ребенка к условиям социальной среды с помощью мероприятий по установлению соответствия поведения воспитанника принятым в обществе правилам, нормам и ценностям или коррективке несоответствия такого поведения; вид взаимодействия его с социальной средой.

Анкетирование – метод получения информации, основанный на опросе людей для получения сведений о фактическом положении дел.

Апломб – устойчивость или равновесие, главным стержнем которого является позвоночник.

Арабеск – основная поза классического танца.

Беседа – метод получения информации на основе вербальной коммуникации; относится к методам опроса.

Внеклассная воспитательная работа – организация педагогом разных видов деятельности воспитанников во внеурочное время.

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставе.

Группа – относительно стабильная совокупность людей, связанных общими отношениями, деятельностью, ее мотивацией и нормами.

Дем и гранд плие – маленькие и большие приседания.

Деятельность – форма психической активности.

Жест, язык жестов – система жестов и телодвижений, используемая в танцевальной лексике.

Завязка – событие, порождающее конфликт, она начинает развитие действия в танце.

Инициатива – внутреннее побуждение к самостоятельным, активным новым формам деятельности.

Экзерсис – комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического и народного танца, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений у учащихся.

Народный танец – это танец, присущий отдельной территории и народу, который характеризуется своими особенными движениями, ритмом, костюмом и другими атрибутами.

Классический танец – вид хореографической пластики, построенный на определенных и строгих законах.

Композиция – сочинение хореографа из различных танцевально-пластических элементов, образующее единое целое.

Координация – соответствие и согласие всего тела.

Концовка – окончательное движение, характерное для мужского танца.

Кульминация – постепенное нагнетание действия.

Личностный подход – последовательное отношение педагога к воспитаннику, как к личности.

Мотивация – совокупность стойких мотивов побуждений, определяющих содержание.

Мотив – побуждение к деятельности, связанное с удовлетворением потребности; осознаваемые причины, которые обуславливают выбор действий и поступков.

Музыкально-подвижные игры – ведущий вид деятельности дошкольника, связанный с приемами имитации, подражания, соревнований, образных сравнений и ролевых ситуаций.

Наглядность – предполагает непосредственное зрительное восприятие.

Натянутый подъем – стопа опущена пальцами книзу, носок оттянут вниз.

Практика – материальная, целеполагающая деятельность человека.

Подбор репертуара – творческий и индивидуальный процесс для каждой группы воспитанников.

Подъем сокращенный – стопа тыльной поверхностью поднята к передней поверхности голени.

Поза – статичное положение тела, выражающее определенное состояние и настроение.

Познавательная деятельность – один из видов индивидуальной и групповой работы в учреждении дополнительного образования детей, которая используется для расширения и углубления у воспитанников знаний и способов познавательной активности, как в учреждении, так и дома.

Позиции ног – точная пропорция, которая определяет расположение выворотных ног, их удаление или сближение и тело при этом находится в состоянии покоя или в движении.

Позиции рук – правильная постановка отдельных частей: кисти, пальцев, локтя, плеча.

Постановка тела – корпус в вертикальном положении, позвоночник вытянут, плечи и грудная клетка раскрыты, лопатка оттянута к пояснице, голова держится прямо.

Педагогическая диагностика – система специфической деятельности педагогов, призванная выявить определенные свойства личности для оценки (измерения) результатов обучения и воспитания.

Релеве – поднимание на пальцах.

Рисунок танца – исходный материал, рожденный традицией народа и обязательной характеристикой каждой хореографической композиции.

Ритмика – выразительное движение тесно связанное с музыкой.

Роль – образ, воплощенный в сценической версии.

Репертуар – подбор произведений, исполняемых в концертах.

Рефлексия – внутренняя деятельность человека, ориентированная на самопознание, осмысление своих действий и состояний. Это не просто знание и понимание субъектом самого себя, но и выявление того, как другие знают и понимают «рефлектирующего», его личностные особенности, эмоциональные реакции и когнитивные (связанные с познанием) представления.

Репетиция – подготовительное, пробное исполнение произведения.

Самостоятельная работа – способность личности к деятельности, совершаемой без вмешательства со стороны.

Стопа – сложный в анатомическом и функциональном отношении аппарат, являющий опорой тела человека и регулятор функции равновесия.

Сюжет – система событий в произведении, раскрывающая его основной конфликт.

Танцевальный шаг – амплитуда, способствующая высоте прыжка, который обеспечивает широту и свободу движений.

Тестирование – метод получения информации, основанный на выполнении пробных заданий, прохождении испытаний.

Толерантность – терпимость и принятие иных верований, национальных обычаев и традиций.

Ценность – принятое в философии, этике, социологии понимание, с помощью которого характеризуется социально-историческое значение чего-либо для общества и личности, имеющего личностный смысл для индивидов определенных явлений действительности.

Школа танца – внутренний слой, который несет в себе исполнитель, трактующий то или иное танцевальное произведение.

Умение – освоенный способ выполнения действия.

Эмоциональный настрой – свойство человека, характеризующее содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Язык танца – создания мира общения чувств и эмоционального контакта.