

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ  
ИМЕНИ АЛЕКСАНДРА СЕМЕНОВИЧА РОЗАНОВА»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

**ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ  
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ  
ПО.01.УП.05. «НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»**

**г. Кировск, 2017**

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
МБУДО «ДШИ им. А.С. Розанова»  
Протокол № 07  
«30» мая 2017г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБУДО «ДШИ им. А.С. Розанова»  
\_\_\_\_\_ М.Г. Ващенко  
«30» мая 2017г.

Разработчик – Некрасова Анна Владимировна, преподаватель хореографических дисциплин МБУДО «ДШИ им. А. С. Розанова»

Рецензент – Копликова Виктория Александровна, преподаватель хореографических дисциплин, заведующая хореографическим отделением МБОУДО «Детская школа искусств № 2» города Мурманска

Рецензент – Степанова Светлана Николаевна, преподаватель хореографических дисциплин, заведующая хореографическим отделением МБУДО «ДШИ им. А. С. Розанова»

## **Структура программы учебного предмета «Народно-сценический танец» ДПОП «Хореографическое творчество»**

### **I. Пояснительная записка:**

- характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- срок реализации учебного предмета;
- объем учебного времени, предусмотренный учебным планом;
- форма проведения учебных аудиторных занятий;
- цель и задачи учебного предмета;
- обоснование структуры программы учебного предмета;
- методы обучения;
- описание материально-технических условий реализации учебного предмета;

### **II. Содержание учебного предмета:**

- сведения о затратах учебного времени;
- годовые требования по классам.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся.**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок:**

- аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- критерии оценок

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса.**

- методические рекомендации педагогическим работникам;
- рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся

### **VI. Список рекомендуемой учебно-методической литературы.**

## **I. Пояснительная записка.**

### **1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.**

Программа учебного предмета «Народно - сценический танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Учебный предмет «Народно - сценический танец» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Народно - сценический танец является одним из основных предметов предметной области «Хореографическое исполнительство». В соответствии с учебными планами предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество» предмет «Народно-сценический танец» изучается с 4 по 8 класс (8-летний срок обучения).

Содержание учебного предмета «Народно-сценический танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец».

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе русского танца. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

### **2. Срок реализации учебного предмета.**

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 5 лет. Для поступающих в образовательное учреждение, реализующее основные предпрофессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок обучения может быть увеличен на 1 год.

**3. Объем учебного времени,** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Народно- сценический танец», срок обучения — 8 лет:

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Год обучения (класс)	
	1 — 5 (4 — 8 класс)	6 (9 класс)
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	528	132
аудиторные занятия (в часах)	528	132
Общее количество часов на аудиторные занятия и консультации	698	

**4.Форма проведения учебных аудиторных занятий** мелкогрупповая, численность группы от 4 до 10 человек, рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально - психологические особенности.

### **5.Цель и задачи учебного предмета.**

#### **Цель:**

развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно - сценических танцев, танцевальных композиций народов мира в соответствии с ФГТ, а также выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

#### **Задачи:**

- обучение основам народного танца;
- развитие танцевальной координации;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- развитие дисциплинированности;
- формирование волевых качеств.

### **6.Обоснование структуры программы учебного предмета.**

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы "Содержание учебного предмета".

### **7. Методы обучения.**

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

## **II. Содержание учебного предмета.**

**1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Народно-сценический танец», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия со сроком освоения предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество» - 8 (9) лет.**

**Обязательная часть**

Год обучения	Распределение по годам обучения					
	1	2	3	4	5	6
<b>Классы</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	330					66
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	330					66
Объем времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	6	6
Общий объем времени на консультации	30					8

**Вариативная часть**

Классы	Распределение по годам обучения				
	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	198				66
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	1	1	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	33	33	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	198				66

**2. Требования по годам обучения:**

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;
- ознакомление с рисунком народно-сценического танца особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

В данной программе предложены требования по годам обучения для 8 (9)-летнего срока реализации предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество» (4-8 (9) классы).

#### **4 КЛАСС (1 год обучения).**

##### **Позиции ног:**

###### **1. Пять прямых:**

1-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

2-я - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;

4-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;

5-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

###### **2. Пять свободных:**

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

###### **3. Две закрытые:**

1-я – закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;

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

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

##### **Позиции и положения рук:**

###### **1. Семь позиций:**

1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца;

4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии;

5-я - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя;

6-я - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку;

7-я - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

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



1-е положение – обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты; ладони слегка повернуты вверх;  
2-е положение – обе руки, округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

## **РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

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.

### **Основные положения ног:**

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

### **Основные положения рук:**

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

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Раскрывание и закрывание рук:
  - а) одной руки;
  - б) двух рук;
  - в) поочередные раскрывания рук;
  - г) переводы рук в различные положения.
- 2.Поклоны:
  - а) на месте без рук и с руками;
  - б) поклон с продвижением вперед и отходом назад.
- 3.Притопы:
  - а) одинарные (женские и мужские);
  - б) тройные.
- 4.Перетопы тройные.
- 5.Простой (бытовой) шаг:
  - а) вперед с каблука;
  - б) с носка.
- 6.Простой русский шаг:

- а) назад через полупальцы на всю стопу;
- б) с притопом и продвижением вперед;
- в) с притопом и продвижением назад.
- 7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
- 8.«Гармошка».
- 9.«Ёлочка».
- 10.Припадание в сторону по 3-й свободной позиции - вперед и назад по 1-й прямой позиции.
- 11.Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).
- 12.Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.
- 13.Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.
- 14.«Веревочка» простая.
- 15.«Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом.
- 16.«Ключ» простой (с переступаниями).

## **ТАНЦЫ ПРИБАЛТИКИ**

### **Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.**

Элементы эстонского танца	Элементы литовского танца	Элементы латышского танца
1.Положения рук.	1.Простые шаги.	1.Положения рук.
2.Легкий бег.	2.Шаги вперед, одна нога накрест другой.	2. Расположение танцующих в паре и положение рук в парном танце.
3.Шаг с поскаком.	3.Боковые шаги.	3.Простой шаг.
4.Шаг с проскальзыванием.	4.«Качающийся шаг».	4.Легкий бег.
5.Шаг с каблука.	5.Легкий бег.	5.Боковые перескоки с продвижением в сторону.
6.Шаг с подъемом ноги вперед и переступанием на полупальцах.	6.Шаги с подскоком.	6.Шаг с подскоком.
7.Переступание с ноги на ногу с хлопками в ладоши.	7.Подскоки поочередно то на двух, то на одной ноге.	7.Проскальзывание на обеих ногах.
8.Вальсовый ход.	8.Перескоки из IV позиции во II параллельную позицию и обратно.	8.Небольшие подскоки с выносом работающей ноги вперед.
9.Вальсовый ход накрест.	9.Концовка в три удара.	9.Боковые шаги с выносом работающей ноги вперед.
10.Вальс с подскоком на одной ноге.	10.Полька.	10.Шаг с ударом работающей ноги по стопе опорной ноги.
11.Полька.	11.Полька с поворотом во время подскока.	11.Галоп с остановкой.
12.Трехшаговая.	12.Прыжки с полным поворотом в воздухе.	12.Полька.
13.Полька на подскоках.		
14.Положения рук в парном танце.		
15.Расположение танцующих в паре.		

## **ЭЛЕМЕНТЫ ЧЕШСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

Чешские танцы необычайно разнообразны и значительно отличаются одни от других. Чешским танцам свойственны легкость, живость, но наряду с этим плавность, целомудрие.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Шаг с подскоком.
2. Вальсообразное.
3. Вальсообразное (парное).
4. Боковые шаги.
5. Подскоки по 4-й параллельной позиции.
6. Тур в воздухе.
7. Полька без подскоков.
8. Полька с трамплином.
9. Полька с подскоком.
10. Парные подскоки на одной ноге.
11. Парное вращение танца «обкрочак».
12. Парное вращение на подскоках танца «вртак».

### **ЭЛЕМЕНТЫ СЛОВАЦКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

Словацкая хореография богата танцами, различными по своему характеру, как бы делясь на две части: равнинную и горную. Это деление отложило отпечаток на характер танцев и костюмов жителей этих местностей.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Шпоры.
2. Прыжок с хлопушкой.
3. Веребочка.
4. Маршеобразный ход.
5. Ход через ногу.
6. Чапаше.
7. «Шпоры» с хлопушками и опускание на колени.
8. Ключ.
9. Ход вперед с проскальзыванием на полупальцах.
10. Бег по кругу с перекрестными переступаниями.
11. Повороты корпуса.
12. Различные ходы.
13. Перескоки.
14. Шаг с подскоком.
15. Парные вращения.
16. Переходы.
17. Трешчак.
18. Поочередные прыжки.
19. Ход с одной ноги.
20. Проскакивание с глубоким приседанием.
21. Присядки.
22. Вращения.

## **ПОДГОТОВКА К ВРАЩЕНИЯМ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve;
- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere;
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблочки;
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов;
- подскоки по той же схеме;
- «поджатые» прыжки по той же схеме;
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90 градусов во всех вращениях.

Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

- приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90 градусов, 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;
- к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180 градусов, 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза;
- 2 полугодие – поворот на 4 шага - retere на 180 градусов;
- подскоки – разучиваются по той же схеме.

**По окончании года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- а) иметь представление о народно-сценическом танце, его истоках;
- б) знать названия движений и их значение;
- в) владеть постановкой рук, ног, головы, корпуса, координацией движений;
- г) уметь грамотно исполнять основные движения и этюды.

## **5 КЛАСС (2 год обучения).**

### **Упражнения у станка:**

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения:
  - а) движение руки;
  - б) движение руки и координации с движением ноги.
3. Переводы ног из позиции в позицию:
  - а) скольжением стопой по полу;
  - б) поворотом стоп.
4. Приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям:
  - а) полуприседания;
  - б) полное приседание.
5. Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами.
6. Упражнение с напряженной стопой из 1-й прямой позиции на каблук:
  - а) с полуприседанием на опорной ноге;
  - б) с полуприседанием в исходной позиции.

7. Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад:
- а) с полуприседанием на опорной ноге;
  - б) с полуприседанием в исходной позиции.
8. Введение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад:
- а) с полуприседанием в исходной позиции;
  - б) в момент перевода работающей ноги на каблук;
  - в) при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию.
9. Маленькие броски вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям:
- а) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание;
  - б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги;
  - в) с полуприседанием на опорной ноге;
  - г) с двойными бросками.
10. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной:
- а) в открытом положении на всей стопе;
  - б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.
11. Развертывание работающей ноги на 45 градусов вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании.
12. Подготовка к «четке», мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе:
- а) в прямом положении вперед одной ногой;
  - б) двумя ногами поочередно.
13. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку.

## **РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом.
4. «Шаркающий шаг»:
  - а) каблуком по полу;
  - б) полупальцами по полу.
5. «Переменный шаг»:
  - а) с притопом и продвижением вперед и назад;
  - б) с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.
6. «Девичий ход» с переступаниями.
7. Боковое «припадание»:

- а) с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги;  
 б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.
- 8.«Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
- 9.«Веревочка»:  
 а) с двойным ударом полупальцами;  
 б) простая с поочередными переступаниями;  
 в) двойная с поочередными переступаниями.
- 10.«Ковырялочка» с притопом.
- 11.«Ключ» простой на подскоках.
- 12.Дробные движения:  
 а) простая дробь на месте;  
 б) тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед;  
 в) простая дробь полупальцами на месте;  
 г) дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

## ТАНЦЫ НАРОДОВ СРЕДНЕЙ АЗИИ

### Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.

Элементы таджикского танца	Элементы узбекского танца	Элементы туркменского танца	Элементы казахского танца
1.Положения ног. 2.Положения рук. 3.Поклон. 4.Движения кистей рук: - поворот кисти к себе; - поворот кисти от себя; - волнообразные сгибания и выпрямления запястья и пальцев; - «рез», мелкое непрерывное движение от запястья 5. Мелкие переводы рук. 6.Резкие акцентированные взмахи. 7.Поочередные и одновременные движения рук от локтя. 8.Вращения перекрещенных рук от	1.Движения кистей: - сгибание и разгибание в запястье; - вращение внутрь и наружу; - волнообразные движения (женский танец); - щелчки пальцами. 2. Движения рук: - мягкое от предплечья; - переводы из стороны в сторону через низ; - переводы со щелчками; - переводы с поворотом кисте. 3. Движения плеч: - поочередные и одновременные вперед; - поочередные и одновременные назад. 4. Движения головы: - из стороны в сторону; - акцентированное. 5. Ходы: - в три переступания;	1.Положения рук в мужском танце. 2.Положения рук в женском танце. 3.Движения рук в женском танце. 4.Движения рук в мужском танце. 5.Простой женский ход. 6.Переменный ход с пятки на всю стопу на низких полупальцах. 7.Боковой ход с одной ноги по VI позиции. 8.«Хым-мыл» - опускание с низких полупальцев на всю стопу пружиня в голеностопном суставе (женское). 9.Простые шаги с последующим приседанием (женское).	1.Положение рук. 2.Переменный ход. 3.Приставной ход. 4.Припадание. 5.Переступание накрест. 6.Переступание накрест с остановкой. 7.Наклоны и перегибы корпуса. 8.Боковые шаги с выпадом. 9.Работа с предметом.

<p>локтя вперед: от себя, к себе.</p> <p>9. «Харакати-Кифт» - поочередные и одновременные движения плеч.</p> <p>10. «Харакати-Сар» - движения головы.</p> <p>11. «Бег перепелки».</p> <p>12. Поочередные переступания в полуприседании.</p> <p>13. «Дашнабадский ход».</p> <p>14. Положения на коленях.</p> <p>15. Перегибание корпуса.</p> <p>16. «Чархи».</p>	<p>- мягкие шаги на полупальцах с переступанием на всю стопу;</p> <p>- боковой шаг с подставлением ноги сзади;</p> <p>- боковое движение с переводом обеих стоп из выворотного положения в невыворотное («гармошка»);</p> <p>- переступание с полупальцев на каблук.</p> <p>6. Шаг на полупальцы с выносом ноги вперед и резким соскоком на обеих ногах по I прямой позиции (мужское).</p> <p>7. Шаг с каблука в повороте и с соскоком на всю стопу (мужское).</p> <p>8. Повороты с хлопком с продвижением вправо и влево.</p> <p>9. Шаг с соскоком и полуповоротом.</p> <p>10. Боковой ход с каблука.</p> <p>11. Переменный ход на полупальцах.</p> <p>12. Повороты:</p> <p>- с шагами из стороны в сторону;</p> <p>- с выпадом на месте;</p> <p>- с переступанием на месте.</p> <p>13. Перегибы корпуса:</p> <p>- стоя назад;</p> <p>- стоя на коленях назад;</p> <p>- сидя на коленях по кругу.</p> <p>14. Опускание на колени:</p> <p>- на одно колено;</p> <p>- на два колена;</p> <p>- на оба колена в полном приседании.</p>	<p>10. Переступание накрест.</p> <p>11. Основной мужской ход – легкий бег с одной ноги.</p> <p>12. «Скачки Джейран» - прыжок наверх с последующим приземлением в положение накрест и выпадом на одну ногу (мужское).</p> <p>13. Три шага с последующим резким броском свободной ноги вперед (мужское).</p> <p>14. Подскоки на двух ногах по IV позиции.</p> <p>15. Ход с проскальзыванием.</p>
---	---	--

## **ЭЛЕМЕНТЫ РУМЫНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

Народный танец и песня издавна являются неотъемлемой частью всех румынских празднеств. Женские танцы достаточно техничны, хотя менее сложны, чем мужские. Существуют танцы, распространенные по всей Румынии, и областные. «Хору»,

«Сырбу», «Брыул» в каждой области исполняют по-своему, с различными характерными особенностями.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Положение рук.
2. Положение рук в парных и массовых танцах.
3. Основной ход с подтягиванием ноги и ударом каблука.
4. Ход вперед с выбросом одной ноги вверх.
5. Подбивка одной ногой другую и выбрасыванием ног поочередно от колена в сторону.
6. «Плетенка».
7. Подведение ноги на высокие полпальцы к дркгойноге и прыжки по VI позиции с поворотом на 180 градусов.
8. Легкий бег вперед и назад с акцентированным выбросом одной ноги вперед.
9. Основной ход вперед и назад с хлопками.
10. Основной ход с подъемом коленей вперед-вверх.
11. Движение с поворотом плеч друг перед другом на основном шаге.
12. Вращение девушки под рукой мужчины.

### **МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Медленная «Хора», широкая «Молдовеняска», огненный «Жок» 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.

#### **Танцевальный этюд одного из танцев.**

<b>«Хора»</b>	<b>«Молдавеняска»</b>	<b>«Жок»</b>
1. Положения рук. 2. Шаг в сторону с подъемом ноги вперед-накрест с плавным подъемом на полпальцы опорной ноги. 3. Шаг накрест в полуприседании. 4. Мелкие поочередные переступания на полупальцах в полуприседании. 5. Шаги вперед и назад в полуприседании с подъемом на полупальцы. 6. Шаг в сторону в открытом положении с вытянутым коленом на полупальцы. 7. Шаг в сторону в открытом положении с вытянутым коленом на ребро каблука.	1. Положение рук. 2. Акцентированный шаг в сторону с открыванием ноги вперед в сокращенном положении на всю стопу. 3. Бег с поочередным отбрасыванием согнутых ног назад. 4. Шаги с подскоком и подъемом согнутой ноги вперед на 90 градусов. 5. Перескоки на полупальцах на месте с подъемом согнутых ног вперед на 90 градусов. 6. Короткие прыжки с поджатыми ногами.	1. Положения рук. 2. Основной боковой ход. 3. Боковой ход с подскоком на впереди находящейся ноге. 4. Ход вперед с подскоками и ударами по голенищу во время прыжка. 5. Вращение в паре. 6. Продвижение по кругу (руки на плечи).



**По окончании года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- а) иметь представление о ведущих профессиональных хореографических ансамблях;
- б) владеть танцевальной манерой и стилем исполнения движений изученных танцев;
- в) уметь грамотно исполнять основные движения и танцы.

**6 КЛАСС (3 год обучения).**

**Упражнения у станка:**

1. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
2. Скольжение стопой по полу с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски:
  - а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад;
  - б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад.
4. Круговые скольжения по полу.
5. Повороты стопы:
  - а) одинарные;
  - б) двойные.
6. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45 градусов на всей стопе.
7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
8. Развертывание ноги на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие).
9. Подготовка к «четке» в открытом положении вперед, в сторону и назад.
10. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере.
11. Растяжка из первой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.
12. Большие броски с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад.
13. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.
14. Маленькие «голубцы» лицом к станку.

**РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.

- 3.«Ключ» с двойной дробью.
- 4.Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
- 5.Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
- 6.Дробь на «три ножки».
- 7.«Моталочка»:
  - а) с задеванием пола каблуком;
  - б) с акцентом на всю стопу;
  - в) с задеванием пола полупальцами;
  - г) с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
- 8.Основной русский ход «академический».
- 9.Подбивка «Голубец»:
  - а) на месте;
  - б) с двумя переступаниями.
- 10.Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
- 11.Вращения:
  - а) на подскоках с продвижением вперед по диагонали;
  - б) с движением «моталочки»;
  - в) с откидыванием ног назад.
- 12.Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
- 13.Переборы.
- 14.«Ключ» дробный сложный.
- 15.«Маятник» в поперечном движении.
- 16.«Веревочка»:
  - а) простая и двойная с перетопами;
  - б) простая и двойная с «ковырялочкой»;
  - в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая - на щиколотке спереди или сзади;
  - г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции;
  - д) простая и двойная с поворотом на 360 градусов в приседании на полупальцах.
- 17.Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
- 18.Три дробные дорожки с заключительным ударом.
- 19.Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

## ТАНЦЫ ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА

### Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.

Элементы татарского танца	Элементы башкирского танца
<p>1. Положени рук.</p> <p>2. Переменный ход на невысоких полупальцах.</p> <p>3. Переменный ход на невысоких полупальцах с небольшим прыжком.</p> <p>4. Мелкая дробь по VI позиции.</p> <p>5. Боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону и выносом вперед на каблук через подскок.</p> <p>6. Боковой ход с поворотом стопы.</p> <p>7. Ход с каблука.</p> <p>8. Переступания с каблука на полупальцы.</p> <p>9. Боковой шаг с соскоком на две ноги.</p> <p>10. Поворот с подскоком на одной ноге.</p> <p>11. Притопы.</p> <p>12. Вращения.</p> <p>13. Присядки.</p>	<p>1. Положения рук.</p> <p>2. Переменный шаг на невысоких полупальцах вперед.</p> <p>3. Переменный шаг на невысоких полупальцах назад.</p> <p>4. Боковой ход с ударом полупальцами работающей ноги в пол и ударом пятками обеих ног.</p> <p>5. Простой дробный ход вперед с ударом каблука в пол и выносом ноги вперед.</p> <p>6. Дробь с притопом.</p> <p>7. Ход на полупальцах назад с ударом пятки работающей ноги в пол.</p> <p>8. Шаг «трилистник».</p> <p>9. Припадание.</p> <p>10. Движения мужского танца:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «голубец»;</li> <li>- широкий бег;</li> <li>- подскок с ударом каблуками;</li> <li>- подскоки на полном приседании;</li> <li>- прыжок с перегибом корпуса назад с одной ноги;</li> <li>- прыжок с перегибом корпуса назад с двух ног;</li> <li>- «качалка»;</li> <li>- па де бурре по V и VI позициям;</li> <li>- жесткие соскоки в повороте на одной ноге, вторая, согнутая в колене, поднята вытянутыми пальцами к колену опорной ноги.</li> </ul>

## ТАНЦЫ НАРОДОВ ЗАКАВКАЗЬЯ

### Танцевальный этюд на материале одной из национальностей.

Элементы грузинского танца	Элементы армянского танца	Элементы азербайджанского танца
<p>1. Положения рук.</p> <p>2. Положения ног.</p> <p>3. Движения рук в женском танце.</p> <p>4. Движения кистей в женском танце.</p> <p>5. Движения рук в мужском танце.</p> <p>6. Движения кистей в мужском танце.</p> <p>7. Свла – шаги в три переступания.</p> <p>8. Адгилзе – шаги на месте.</p> <p>9. Гасма.</p>	<p>1. Положения рук в женском танце.</p> <p>2. Положения рук в мужском танце.</p> <p>3. Раположение танцующих и положения рук в массовых: цепных или круговых танцах.</p> <p>4. Движения рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «дзеркна-птуйт» - вращение кистей к себе и от себя;</li> <li>- неполное вращение кистей ладонями к себе и от себя;</li> </ul>	<p>1. Положения рук.</p> <p>2. Шаг с подскоком.</p> <p>3. Бег.</p> <p>4. Легкие переступания с продвижением вперед.</p> <p>5. Легкие переступания с продвижением назад на полупальцах.</p> <p>6. Соскоки по III открытой позиции.</p> <p>7. Выпад на ногу, сгибая ногу в колене, другая вытянута с сокращенной стопой.</p> <p>8. Подскоки на одной ноге на месте.</p> <p>9. Подскоки на одной ноге с продвижением.</p>

<p>10.Гвердзе – шаги с продвижением в сторону.  11.Укусвла – шаги с продвижением назад.  12.Циповла – шаги вперед.  13.Сада мухлура – шаги со сгибанием колена.  14.Сада – удар каблуком с переходом на носок.  15.Бруни – повороты.  16.Вращения.</p>	<p>- повороты рук от локтя к себе и от себя;  - «чахарак» - вращение рук от локтя одна вокруг другой;  - круговое движение рук вокруг лица;  - перевод рук из стороны в сторону;  - «цалк» - легкий рывок среднего пальца вверх;  - «чешмя» - прищелкивание;  - поочередное подведение одной руки к затылку с одновременным открыванием другой руки в сторону II позиции (мужское);  - взмах двумя платками перед собой;  - «цап» - хлопки в ладоши.  5. Положения и движения корпуса, плеч, головы.  6. «Двели» - ходы с непрерывным и интенсивным продвижением по кругу и по прямой.  7. «Сюзьма» - танец на месте, безпродвижения по сцйенической площадке, но иногда с переступаниями и поворотами на месте, выполняемые главным образом игрой корпуса, рук, лица.  8. «Манруки» - мелкие движения, выполняемые или на месте или с небольшим продвижением по площадке.  9. «Птуйт» - повороты на одном месте.  10. Винтообразные движения в прыжке.  11. «Чатма» - присядки.</p>	<p>10.Подскоки на одной ноге в повороте.  11.Подскоки с переступанием:  - с ударом полупальцами по I прямой позиции;  - с ударом полупальцами спереди накрест опорной ноги;  - с ударом полупальцами сзади накрест опорной ноги.  12.Боковые шаги с остановкой.  13.Присядки:  - с продвижением вправо;  - с продвижением влево.</p>
--	--	--

## БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

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.

### Положение рук:

- а) положение рук в сольном танце;
- б) положение рук в массовых и парных танцах;
- в) подготовка к началу движения.

### Танцевальный этюд одного из танцев.

Крыжачок	Лявониша	Полька-Янка	Бульба
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Притопы одинарные.</li> <li>2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.</li> <li>3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.</li> <li>4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.</li> <li>5. Основной ход «Крыжачка».</li> <li>6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.</li> <li>7. Тройные притопы с поклоном.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной ход.</li> <li>2. Тройной притоп.</li> <li>3. Молоточки в сольном исполнении и в паре с поворотом на 180<sup>0</sup>.</li> <li>4. Галоп в сольном исполнении и в паре.</li> <li>5. Боковые повороты.</li> <li>6. Тройная дробь с переступаниями.</li> <li>7. Припадание со шлепком работающей ноги по 4-й позиции.</li> <li>8. Полуповороты и полные повороты на тройных подскоках.</li> <li>9. Боковая полька в сольном исполнении.</li> <li>10. Галоп в паре и поворотом на 180 градусов.</li> <li>11. Переброс девушки.</li> <li>12. Парное вращение под руки.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рас польки с подбиванием ноги.</li> <li>2. Боковая полька.</li> <li>3. Парная полька.</li> <li>4. Шаг с двойным подскоком на опорной ноге.</li> <li>5. Шаг с подбивкой в сторону с тройным притопом.</li> <li>6. Припадание со шлепками работающей ногой.</li> <li>7. Шаг с соскоком на одну или две ноги и двойная дробь.</li> <li>8. Два подскока на полупальцах обеих ног и соскок на одну или две ноги.</li> <li>9. Галоп.</li> <li>10. Боковая подбивка на присядке у юношей.</li> <li>11. Открывание ноги в сторону на каблук с возвращением на носок и подбивка в сторону.</li> <li>12. Ковырялочка с тройными сгибаниями ног назад.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной ход с открыванием ног вперед и назад.</li> <li>2. Шаг польки вперед.</li> <li>3. Простые подскоки.</li> <li>4. Подскоки на полупальцах с подниманием ног назад.</li> <li>5. Галоп.</li> <li>6. Боковая полька.</li> <li>7. Галоп в сторону с тройным притопом.</li> <li>8. Подскок с приседанием и тройные переступания.</li> </ol>

### По окончании года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- а) иметь представление о балетмейстерах и педагогах народного танца ведущих хореографических коллективов («Березка», «Жок»);
- б) владеть танцевальной манерой и стилем исполнения движений изученных танцев;
- в) владеть быстротой запоминания комбинаций, культурой исполнения;
- г) уметь грамотно исполнять основные движения и танцы.

## **7 КЛАСС (4 год обучения).**

### **Упражнения у станка:**

- 1.Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.
- 2.Скольжение стопой по полу:
  - а) с одинарным ударом каблуком опорной ноги;
  - б) с двойным ударом каблуком опорной ноги.
- 3.Маленькие броски сквозные по 1-й открытой позиции в полуприседании.
- 4.Круговое скольжение по полу:
  - а) ребром каблука около опорной ноги;
  - б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
- 5.Полуприседания на опорной ноге на 90 градусов:
  - а) на всей стопе;
  - б) с подниманием на полупальцы.
- 6.Подготовка к «веревочке»:
  - а) в открытом положении;
  - б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
- 7.Развертывание ноги на 90 градусов двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:
  - а) плавное;
  - б) резкое в координации с движением руки.
- 8.«Чететка» с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:
  - а) в прямом положении;
  - б) в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
- 9.Большие броски на всей стопе с проведением ноги через 1-ю открытую позицию.
- 10.«Голубец»:
  - а) в сторону на 45 градусов в прямом положении лицом к станку;
  - б) в сторону на 90 градусов в прямом положении лицом к станку.
- 11.Подготовка к «штопору» по 1-й прямой позиции на полупальцах.
- 12.«Штопор».

## **ЭЛЕМЕНТЫ УКРАИНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

Украинское народное творчество отражает многовековую историю народа. Героизм в борьбе за независимость, любовь к своей Родине, радость труда, юмор – все это находит отражение в украинских народных танцах. Исполнение женских и мужских танцев различно. Женские - лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Позиции и положения ног.
- 2.Позиции и положения рук.
- 3.Положения рук в парном и массовом танце.
- 4.Подготовка к началу движения.
- 5.Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские и мужские).
- 6.Притоп.
- 7.«Веревочка»:
  - а) простая;
  - б) с переступаниями;
  - в) в повороте;
  - г) двойная.
- 8.«Дорижка простая» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом.
- 9.«Дорижка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.
- 10.«Выхлястик» («ковырялочка»), «выхлястик» с «угинанием» («ковырялочка» с открыванием ноги).
- 11.«Бигунец».
- 12.«Голубец» на месте и с продвижением в сторону.
- 13.Медленный женский ход.
- 14.Ход назад с остановкой на третьем шаге.
- 15.«Тынок» (перескок с ноги на ногу).
- 16.«Выхлястник» с «угинанием».
- 17.«Похид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед).
- 18.«Голубцы» с притопами.
- 19.«Выступцы» (подбивание одной ногой другую).

### **ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА**

Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла» довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и чёткой координации движений. Однако в начальной стадии изучения элементов танца не следует увлекаться изучением их в замедленном темпе, так как характер танца быстрый и жизнерадостный.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Работа с тамбурином.
- 2.Положение в паре.
- 3.Перескоки с ноги на ногу.
- 4.Бег с отбрасыванием полусогнутых ног назад на 45 градусов (па амбуате).
- 5.Боковое движением с подскоком на опорной ноге, работающая нога поочередно подводится вытянутыми пальцами к стопе опорной ноги и открывается в сторону впол с сокращенным подъемом.

- 6.Тройные перескоки с ноги на ногу.
- 7.Соскоки на II позицию с выносом полусогнутой ноги вперед на 45 градусов.
- 8.Соскоки на II позицию с поворотом на 360 градусов и поднятой полусогнутой ногой вперед.
- 9.Подскоки на одной ноге в полуприседании:
  - а) работающая нога с вытянутым подъемом у щиколотки опорной ноги спереди или сзади;
  - б) полусогнутая нога поднята вперед или назад на 45 или 90 градусов;
  - в) работающая нога вытянута и поднята назад на 45 или 90 градусов (поза арабеск).
10. Повороты:
  - а) поочередные переступания по III или V позициям (амбуате) с поворотом на 360 градусов;
  - б) поворот на 360 градусов на одной ноге, работающая у колена (пируэт).

## **ЭЛЕМЕНТЫ ЕВРЕЙСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Положение рук.
- 2.Ход с каблука по VI позиции.
- 3.Ход с выносом ноги вперед.
- 4.Ход с каблука с наклоном корпуса вперед.
- 5.Перескоки с ноги на ногу с ударом полупальцами свободной ноги сзади опорной.
- 6.Притопы по VI и III позициям.
- 7.Прыжки по VI позиции с различными положениями рук.
- 8.Прыжок с подгибанием ног и перегибом корпуса назад.
- 9.Ход с носка с наклоном корпуса вперед «приветствие».
- 10.Бег с отбрасыванием ног назад.
- 11.Шаг с выносом ноги вперед и поворотом корпуса на 180 градусов.
- 12.Вращение в паре.
- 13.Па де баск.

## **ЭЛЕМЕНТЫ МАРИЙСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Положения рук.
- 2.Движения рук.
- 3.Движения кистей.
- 4.Прищелкивание пальцами.
- 5.Горно-марийский основной ход.
- 6.Переменный шаг с ударом.
- 7.Скользящий шаг в сторону.
- 8.Шаг с перескоком с одной ноги на другую.
- 9.«Елочка» или «гармошка» вперед, назад, в повороте.
- 10.Дробь с двух ног.
- 11.Шаг накрест.



12. Боковая дробь с продвижением.
13. Шаги вперед и назад с заворотом стоп.
14. Боковой шаг с поворотом и выносом работающей ноги на каблук вперед.
15. Боковой шаг с положением работающей ноги сзади на полупальцах.

### **ВРАЩЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблочки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

1. Приемом plie-releve (два на месте, третий – plie-подготовка, четвертый – вращение) – 1 полугодие – двойное вращение за 4-м разом.
2. Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).
3. Приемом plie-каблочки (аналогичная схема изучения).
4. Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).
5. Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.
6. Припадания мелкие, быстрые.
7. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотной, с приходом во 2 позицию (невыворотной), без пауз, но в медленном темпе – 1 полугодие.
8. То же самое вращение в нормальном темпе – 2 полугодие.
9. Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращений на одной ноге через retere невыворотной, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы – 2 полугодие.
10. «Обертас» по 1 прямой позиции – 1 полугодие.
11. «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом – 2 полугодие.
12. «Обертас» с rond на 450 – 1 полугодие, на 900 - конец 2 полугодия.
13. Разучивается окончание вращений приемом двойного shaine.
14. Вращения для мальчиков:
  - а) tours,
  - б) pirouettes.
15. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

### **ВРАЩЕНИЯ ПО ДИАГОНАЛИ КЛАССА**

1. Tour-pique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
2. Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
3. Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) – 1 полугодие, поворот за один бег – 2 полугодие.
4. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках – 2 полугодие.

5. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
6. Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
7. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».
8. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
9. Мужские вращения с использованием пройденного материала.

## **ВРАЩЕНИЯ ПО КРУГУ**

1. Прием шаг-retere, вращение за один шаг.
2. Подскоки, вращение за один шаг.
3. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.
4. Большие «блинчики», аналогично.
5. Бег по 1 прямой позиции.
6. Бег с выбрасыванием ноги вперед.
7. «Шаг-каблук», вращение за один шаг.
8. Tour-riqué в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
9. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку».

### **По окончании года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- а) иметь представление о творчестве Государственного академического народного ансамбля танца И.Моисеева;
- б) владеть танцевальной манерой и стилем исполнения движений изученных танцев;
- в) владеть быстротой запоминания комбинаций, культурой исполнения;
- г) уметь грамотно исполнять основные движения и танцы.

## **8 КЛАСС (5 год обучения).**

### **Упражнения у станка:**

1. Приседания с растяжкой.
2. Круговые движения ногой по воздуху (ронд де жамб) с сухим соскоком на опорной ноге в момент разворота в невыворотное и выворотное положение при исполнении ронд де жамб на 45 градусов.
3. «Веер» дубль-флик по полу с работой пятки опорной ноги.
4. «Веер» по воздуху с соскоком на опорной ноге.
5. Выстукивания в мексиканском характере.
6. Упражнения для бедра:
  - а) с прыжком;
  - б) с подгибанием обеих ног в прыжке.
7. Большие броски (гранд батман):

- а) с растяжкой;
  - б) с опусканием на колено;
  - в) сквозные броски (балансе);
  - г) с поворотом в прыжке и опусканием на колено.
8. Опускание на колено с поворотом на опорной ноге на 360 градусов.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ИСПАНСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Положение ног.
2. Положение рук.
3. Переводы рук в различные положения.
4. Ходы:
  - а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское);
  - б) удлиненный шаг вперед 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:
  - а) в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание;
  - б) в 1-ю, 4-ю прямые и 5-ю свободную позиции 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. *Zarateado* – поочерёдные 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 вперед.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

Мазурка, которую мы изучаем, обязана своим происхождением польскому народному танцу «Мазуру». Хореографы прошлого и настоящего используют

мазурку и её элементы для воспитания чувства позы, умения общаться с партнёром в танце. Здесь есть энергичные ходы по площадке, вращения в парах, прыжки и выпады на колено, т.е. все то, прививает учащимся необходимые навыки поведения на сцене. Этому способствует четкая, ритмичная и темпераментная музыка.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Позиции и положения ног.
- 2.Положение рук в танце.
- 3.Волнообразное положение руки.
- 4.«Ключ» - удар каблуками:
  - а) одинарный;
  - б) двойной.
- 5.Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции.
- 6.«Голубец»
- 7.«Перебор» - 3 переступания на месте по 1-й позиции.
- 8.Основной ход мазурки.
- 9.Легкий бег.
- 10.«Отбиянэ»- скольжение одной ногой с подбиванием её другой.
- 11.«Голубец»- подбивание ноги подряд в сторону.
- 12.Подготовка к парному вращению.
- 13.Уступающий переход на различных движениях.
- 14.Опускание на колено:
  - а) с шага;
  - б) с выпадом.
- 15.Обвод девушки за руку:
  - а) стоя на колене;
  - б) стоя на выпаде.
- 16.Вращение в паре во внутрь.
- 17.«Кабриоль» в сторону 45 градусов в прямом положении.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ЦЫГАНСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

- 1.Положения рук.
- 2.Движения рук.
- 3.Движения плеч.
- 4.Боковой ход на полупальцах с разворотом стоп.
- 5.Шаги с продвижением вперед и назад на полупальцах с переходом на всю стопу с легким сгибанием колена опорной ноги.
- 6.Выпад на ногу.
- 7.Прыжок с легким переступанием.
- 8.Наклоны и перегибы корпуса.

9. Шаги с поворотом.
10. Переменные шаги с хлопками.
11. Чечетка.
12. Соскоки.
13. Хлопки по коленям.
14. Переступания на полупальцах по III позиции.
15. Беглый шаг.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ВЕНГЕРСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА**

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 чёткости исполнения. Позы, повороты, общение с партнёром, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено – все это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Положения рук.
2. Вынимание ноги (девелёппе) вперед с одновременным проскальзыванием на опорной ноге вперед.
3. Двойное «заключение» в повороте.
4. «Веревочка».
5. Перебор (па де баск):
  - а) из стороны в сторону;
  - б) спереди назад;
  - в) сзади вперед.
6. Опускание на колено с шага.
7. Повороты:
  - а) на обеих ногах по V позиции внутрь и наружу;
  - б) на одной ноге из IV открытой позиции.
8. «Голубец».
9. Ходы «Чардаш»:
  - а) шаг в сторону, вперед или назад в прямом положении ног с последующей подставкой свободной ноги в I прямую позицию;
  - б) шаг одной ногой в сторону в прямом положении с поворотом стопы свободной ноги в открытое положение и из открытого положения в прямое с двумя ударами ребром каблука.
10. Переступания:
  - а) шаг или перескок в сторону в прямом положении с двумя последующими переступаниями по I прямой позиции;

- б) шаг или перескок в сторону в прямом положении с двумя последующими переступаниями одной ногой спереди на ребро каблука, другой сзади на низких полупальцах;
- в) шаг или перескок в сторону в свободном положении с двумя последующими переступаниями в перекрещенном положении, одной ногой сзади на полупальцы, другой спереди на всю стопу;
- г) шаг или перескок в сторону с двумя последующими переступаниями в перекрещенном положении одной ногой сзади на полупальцы, другой в полуприседании спереди на всю стопу.

11.«Боказо» - жесткий ключ.

### **ВРАЩЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

- 1.Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
- 2.Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
- 3.Вращение по 2 позиции невыворотню, стремительно.
- 4.Бег на месте со скачком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.
- 5.Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

### **ВРАЩЕНИЯ ПО ДИАГОНАЛИ ЗАЛА**

1. Shaine:
  - Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie;
  - Shaine в сочетании с вращением на каблучок;
  - То же с двойным вращением – 2 полугодие;
2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 450 – 1 полугодие и 900 – 2 полугодие.
3. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
4. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
5. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

### **ВРАЩЕНИЯ ПО КРУГУ ЗАЛА**

- 1.Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.
- 2.Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.
- 3.Вращения в характере изученных национальностей.

**По окончании года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- а) иметь представление о творчестве русского хора имени Пятницкого, о его балетной труппе;
- б) владеть танцевальной манерой и стилем исполнения движений изученных танцев;
- в) владеть быстротой запоминания комбинаций, культурой исполнения;
- г) уметь грамотно исполнять основные движения и танцы.

## **9 КЛАСС (6 год обучения).**

### **Упражнения у станка:**

1. Полуприседания и полное приседание.
2. Упражнения с напряженной стопой.
3. Маленькие броски.
4. Круговое скольжение по полу.
5. Полуприседания на опорной ноге на 45 и 90 градусов.
6. «Чечётка».
7. Подготовка к «верёвочке» и «верёвочка».
8. Дробное выстукивание.
9. Развертывание ноги на 90 градусов.
10. Большие броски.

## **ЭЛЕМЕНТЫ ИСПАНСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Положения рук.
2. Положения ног.
3. Движения рук (пор де бра).
4. Ходы:
  - а) удлиненные шаги на полуприседании;
  - б) удлиненный шаг вперед с двумя последующими переступаниями на полуприседании.
5. Zapateado (выстукивания) – поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по I прямой позиции.
6. Соскоки.
7. Покачивание из стороны в сторону (па балансе).
8. Скользящее движение в сторону с подъемом на полупальцы (па глиссад).
9. Круговое перегибание корпуса.

## **ЭЛЕМЕНТЫ МЕКСИКАНСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Покачивание (балансе).
2. Переменный шаг с каблука.
3. Переменный шаг с подскоком.
4. Переменный шаг на месте с поворотом корпуса.
5. Дробные проходки.

## **ЭЛЕМЕНТЫ БОЛГАРСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

Болгары по праву гордятся своими народными плясками. Они так же красивы и яркие, как и природа этой страны. Болгарские танцы отличаются сложностью и прихотливостью ритмометрического рисунка. Для многих из них характерно

несовпадение музыкальной и танцевальной фразы. Танец в Болгарии — самый распространенный и любимый вид народного творчества.

#### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Положения рук.
2. Положения ног.
3. Ходы и движения на месте:
  - а) обыкновенные шаги;
  - б) мелкие и широкие шаги;
  - в) перекрестные шаги со скольжением;
  - г) качающийся шаг лавой ноги перед правой и наоборот;
  - д) винтообразное движение ног со сгибанием корпуса в сторону винта;
  - е) шаги с акцентом.
4. Приседания.
5. Бег на месте и с продвижением.
6. Бег с наклоном корпуса.
7. «Дорожка» из стороны в сторону.

### **ЭЛЕМЕНТЫ КИТАЙСКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА**

#### **Танцевальный этюд на элементах танца:**

1. Положения рук.
2. Движения рук.
3. Маленькие шаги на низких полупальцах вперед.
4. Приставные шаги в сторону.
5. Боковые шаги «елочка».
6. Повороты на небольшом приседании.
7. Опускание на пол с выворотными ногами и наклоном корпуса вперед.
8. Соскоки в сторону с поворотом вокруг себя.
9. Поднимание и опускание плеч.
10. Легкий бег.
11. Небольшие прыжки вправо и влево с выносом одной ноги вперед и опусканием на пол.

### **ВРАЩЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА**

1. Сочетания вращений *plie-retere* с вращением *plie-каблучки* (с выходом на двойное вращение на каблучках).
2. Двойное и тройное («скоростное») *shaine* в качестве концовки того или иного вращения.
3. Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 450, подъем сокращен – 1 полугодие, на 900 – второе полугодие.
4. Вращения с использованием движений из национальных танцев.
5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.



## ВРАЩЕНИЯ ПО ДИАГОНАЛИ ЗАЛА

1. Shaine:

- Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотом;
- То же, с двойным вращением – 2 полугодие;
- Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте.

2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 450 – 1 полугодие и 900 – 2 полугодие.

3. Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).

4. Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и pas terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.

5. Вращения в характере пройденных национальных танцев.

6. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

**По окончании года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- а) иметь представление о ведущих профессиональных хореографических ансамблях разных национальностей;
- б) владеть танцевальной манерой и стилем исполнения движений изученных танцев;
- в) владеть быстротой запоминания комбинаций, культурой исполнения;
- г) уметь грамотно исполнять основные движения и танцы.

## III. Требования к уровню подготовки обучающихся.

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценический танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;

- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;
- владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;
- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;
- применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

#### **IV. Формы и методы контроля, система оценок.**

##### **1.Аттестация: цели, виды, форма, содержание.**

Оценка качества реализации программы "Народно-сценический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

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

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

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов. Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

##### **2.Критерии оценок.**

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

По итогам исполнения программы на контрольном уроке и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
«Отлично»	Методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков.
«Хорошо»	Возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое.
«Удовлетворительно»	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой.
«Неудовлетворительно»	Комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой.
«Зачет»	Отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. С учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области музыкального искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса.**

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

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

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;

- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.
2. Экзерсис на середине класса.
3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира.

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

## **VI. Список рекомендуемой учебной литературы.**

- 1.Алексютрович, Л. Белорусские народные танцы, хороводы, игры / Л. Алексютрович. – Минск, 1978.
- 2.Богаткова Л. Танцы народов СССР. - Москва: Молодая гвардия, 1951.
- 3.Борзов А. Танцы народов Мира. - М.: Университет Натальи Нестеровой, 2006.
- 4.Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л. Основы характерного танца.-М.-Л.: Искусство, 1939.
- 5.Василенко, К. Украинский народный танец / К. Василенко. – Москва, 1981.
- 6.Голейзовский, К. Образы русской хореографии / К. Голейзовский. – Москва, 1964.
- 7.Гребенщиков, С. Сценические белорусские танцы / С. Гребенщиков. – Минск, 1974.
- 8.Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка) / Г. П. Гусев. – Москва, 2002.
- 9.Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Этюды. - М.: ВЛАДОС, 2004.
- 10.Джарвишвили Д.Грузинские народные танцы. – Тбилиси: Генатбела , 1975.
- 11.Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно сценический танец.- М.: Искусство , 1976.
- 12.Каримова Р. Ферганский танец (методическое пособие).- Ташкент: Издательство литературы и искусства Им. Гафура Гуляма, Курбет В., Мардарь М. Молдавские народные танцы. – Кишинёв: Картя Молдавеняскэ , 1969.
- 13.Климов, А. Основы русского народного танца / А. Климов. – Москва, 1981.
- 14.Мардарь, М. Элементы движений молдавского танца / М. Мардарь. – Кишинев, 1975.

- 15.Матвеев В.Ф. Теория и методика преподавания русского народного танца. – СПб., 1999.
- 16.Мурашко, М. Танцы Марийского края / М. Мурашко. – Йошкар-Ола, 1997.
- 17.Мурашко, М. Русская пляска: учебное пособие / М. П. Мурашко. – Москва: Издательский Дом Московского государственного университета культуры и искусств, 2010.
- 18.Надеждина Н. Русские танцы. М.: Госкультпросветиздат , 1951.
- 19.Преотяс, М. Румынские народные танцы / М. Преотяс. – Москва, 1959.
- 20.Стуколкина, Н. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца / Н. Стуколкина. – Москва, 1972.
- 21.Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца». – СПб., 1996.
- 22.Ткаченко Т. Народный танец.- М.: Искусство , 1967.
- 23.Ткаченко, Т. Народные танцы / Т. Ткаченко. – Москва, 1975.
- 24.Устинова Т. Русские народные танцы. – М.: Культпросветиздат , 1950.
- 25.Устинова Т. Русские народные танцы. – М.: Искусство , 1976.
- 26.Чурко Ю. Беларуский народный танец. – Минск: Наука и техника , 1972.