

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств имени Александра Семеновича Розанова»**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБУДО «ДШИ им. А.С. Розанова»
Протокол № 05
«30» апреля 2020г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУДО «ДШИ им. А.С. Розанова»
Л.Г. Максимова
«30» апреля 2020г.

**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»**

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»

г. Кировск, 2020

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
Классы	4	5	6	7	8	9
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:
- с полуприседанием на опорной ноге;
 - 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:
- с полуприседанием в исходной позиции;
 - в момент перевода работающей ноги на каблук;
 - 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:
- с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание;
 - с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги;
 - с полуприседанием на опорной ноге;
 - с двойными бросками.
10. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной:
- в открытом положении на всей стопе;
 - 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:
- в прямом положении вперед одной ногой;
 - 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:

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

«Хора»	«Молдавеняска»	«Жок»
1. Положения рук. 2. Шаг в сторону с подъемом ноги вперед-накрест с плавным подъемом на полупальцы 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.«Веровочка»:
 - 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 «веровочки» 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"> - «голубец»; - широкий бег; - подскок с ударом каблуками; - подскоки на полном приседании; - прыжок с перегибом корпуса назад с одной ноги; - прыжок с перегибом корпуса назад с двух ног; - «качалка»; - па де бурре по V и VI позициям; - жесткие соскоки в повороте на одной ноге, вторая, согнутая в колене, поднята вытянутыми пальцами к колену опорной ноги.

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"> - «дзеркна-птуйт» - вращение кистей к себе и от себя; - неполное вращение кистей ладонями к себе и от себя; 	<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	Лявониha	Полька-Янка	Бульба
<ol style="list-style-type: none"> 1. Притопы одинарные. 2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. 3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. 4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад. 5. Основной ход «Крыжачка». 6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. 7. Тройные притопы с поклоном. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основной ход. 2. Тройной притоп. 3. Молоточки в сольном исполнении и в паре с поворотом на 180⁰. 4. Галоп в сольном исполнении и в паре. 5. Боковые повороты. 6. Тройная дробь с переступаниями. 7. Припадание со шлепком работающей ноги по 4-й позиции. 8. Полуповороты и полные повороты на тройных подскоках. 9. Боковая полька в сольном исполнении. 10. Галоп в паре и поворотом на 180 градусов. 11. Переброс девушки. 12. Парное вращение под руки. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Рас польки с подбиванием ноги. 2. Боковая полька. 3. Парная полька. 4. Шаг с двойным подскоком на опорной ноге. 5. Шаг с подбивкой в сторону с тройным притопом. 6. Припадание со шлепками работающей ногой. 7. Шаг с соскоком на одну или две ноги и двойная дробь. 8. Два подскока на полупальцах обеих ног и соскок на одну или две ноги. 9. Галоп. 10. Боковая подбивка на присядке у юношей. 11. Открывание ноги в сторону на каблук с возвращением на носок и подбивка в сторону. 12. Ковырялочка с тройными сгибаниями ног назад. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Основной ход с открыванием ног вперед и назад. 2. Шаг польки вперед. 3. Простые подскоки. 4. Подскоки на полупальцах с подниманием ног назад. 5. Галоп. 6. Боковая полька. 7. Галоп в сторону с тройным притопом. 8. Подскок с приседанием и тройные переступания.

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.«Чечетка» 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.«Выхилистик» («ковырялочка»), «выхилистик» 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.«Выхилистник» 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 невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), 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 невыворотнo, 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. Приемом 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-riçe 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. *Zapateado* – 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 невыворотом, стремительно.
- 4.Бег на месте со скоком 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 невыворотню;
- 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.