

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
Центр детского творчества «Шанс» ЯМР

Согласовано:  
Педагогический совет  
От «30» мар 2022 г.  
Протокол № 2

Утверждаю:  
Директор МУДО ЦДТ «Шанс» ЯМР  
М.И. Смирнова /ФИО/  
2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Художественной направленности  
«Танцевальная культура казачества»**

Возраст обучающихся: 10-17 лет  
Срок реализации программы: 1 года

**Автор-составитель:**  
**Смирнова Любовь Геннадьевна,**  
педагог дополнительного образования

п. Щедрино  
2022 г.

## Пояснительная записка

### **Актуальность**

Актуальность программы состоит в осмыслении происходящего в мире, в утрате духовных ценностей сегодняшнего общества, особенно среди подрастающего поколения и молодежи. Окружающая действительность также не давала возможности реального приобщения детей к народной культуре.

Детство - важнейший и самоценный период в становлении и развитии личности ребенка, период его обогащения событиями и впечатлениями окружающей жизни. Детство – то время, когда возможно подлинное, искреннее погружение в истоки национальной культуры. Именно в детском возрасте нужно возбудить в душах детей интерес к своему народу, его культуре, истории, зародить в их сознании чувство любви к Родине, принадлежности к великому народу. Дать детям то ценное, что создано казачеством за его историю. Именно в детстве следует начинать воспитание эмоционально-ценностного отношения ребенка к традиционной культуре своего народа. Мы по-новому начали относиться к старинным праздникам и традициям, фольклору, художественным промыслам, декоративно-прикладному искусству, в которых народ оставил нам самое ценное из своих культурных достижений.

Изучение традиций и обычаев казачества, изучение истории его развития, воспитание уважения к героическому прошлому казаков, приобщение детей к духовному богатству многих поколений способствует развитию творческой активности детей, делает их достойными наследниками тех духовных ценностей, которые завещали нам талантливые предки.

Итак, чтобы возродить народные традиции надо позаботиться о воспитании в этих традициях детей. Только ребёнок с его чистой душой, творческим мышлением, может освоить традиционную танцевальную культуру своего народа. Таким образом, актуальность программы в том, чтобы максимально использовать интерес детей к истокам русской казачьей танцевальной культуры.

### **Принципы программы**

Принцип личностно-ориентированного подхода, предполагающий создание условий, обеспечивающих становление личного опыта ребенка, поддержку, развитие его индивидуальности и самобытности.

Принцип культуросообразности, предусматривающий освоение богатейшего опыта казачества, как системы культурных ценностей, способствующих воспитанию и развитию личностной культуры ребенка.

Принцип природосообразности, предполагающий не только учет возрастных, индивидуально-психологических особенностей ребенка, но и национально-специфических его склонностей и стереотипов поведения, обусловленных этическими семейно-бытовыми традициями и обычаями.

Принцип интеграции, предполагающий, освоение ребенком различных элементов танцевального фольклора казачества в соответствии с ценностями общечеловеческой культуры.

### **Цель программы**

Развитие творческого потенциала обучающихся, формируя нравственно-эстетические и патриотические идеалы личности в процессе обучения искусству хореографии в рамках изучения танцевальной культуры казачества.

### **Задачи программы**

#### *образовательные*

- ознакомить с культурными традициями и бытом казачества (жилище, костюм, предметы быта);
- ознакомить с танцевальным фольклором казачества;

#### *развивающие*

- расширять представления ребенка о себе, о человеке, культуре, природе путем систематического, интегрированного обращения к богатейшему многовековому опыту казачества;
- развивать художественный вкус, приобщать детей к традициям народной танцевальной культуры;

#### *воспитательные*

- воспитывать положительные качества личности, сохраняя индивидуальность каждого ребенка.

### **Ожидаемые результаты**

К концу обучения дети должны

#### *знать:*

- культурные традиции и быт казачества (жилище, костюм, предметы быта);
- особенности танцевального фольклора казачества;

#### *уметь:*

- сознательно управлять своим телом, координировать работу всего двигательного аппарата при исполнении композиций;
- обладать пластикой и выразительностью движений в соответствующей народной манере;
- обладать навыком ансамблевого исполнения;
- свободно и уверенно чувствовать себя на сцене.

Программа **художественной** направленности рассчитана на 144 часа, 4 часа в неделю.

Программа предназначена для работы с обучающимися 10 - 17 лет, не имеющих противопоказаний по здоровью для занятий в учреждениях дополнительного образования детей, без специального отбора.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность 1 занятия - 45 минут.

Срок реализации программы 1 год.

### **Формы подведения итогов.**

Участие в концертах, мероприятиях, различного рода и уровня конкурсах. В конце учебного года в ЦДТ проводится творческий отчет работы педагога и детей, концерты и открытые занятия для родителей.

## 2. Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов	Теория	Практика
1	Первичный инструктаж. Диагностика.	2	2	-
2	Русский поклон	2	1	1
3	Основные положения и движения рук	2	-	2
4	Русские ходы и элементы русского танца	2	-	2
5	«Припадание»	2	-	2
6	Подготовка к «молоточкам»	2	-	2
7	Подготовка к «моталочке»	2	-	2
8	«Гармошечка»	2	-	2
9	Основы дробных выстукиваний	2	-	2
10	Хлопки и хлопушки	2	-	2
11	Подготовка к присядкам и присядки	2	-	2
12	Русский поклон	2	-	2
13	Основные положения и движения русского танца	2	1	1
14	Положения рук в парах	2	-	2
15	Положение рук в рисунках танца	2	-	2
16	Ходы русского танца	2	-	2
17	«Припадания»	2	-	2
18	«Веревочка»	2	-	2
19	«Молоточки» простые	2	-	2
20	Все виды «гармошечек»	2	-	2
21	«Ковырялочка»	2	-	2
22	Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции	2	-	2
23	Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук	2	-	2
24	Дробные движения	2	-	2
25	Полуприсядки	2	-	2
26	Танцевальные этюды на материале знакомых танцев	2	-	2
27	Поклон праздничный (хороводный в раскладке с паузами после каждого движения)	2	-	2
28	Виды русских ходов и поворотов	2	1	1
29	«Веревочки»	2	-	2
30	«Ковырялочки»	2	-	2

31	«Моталочки»	2	-	2
32	«Гармошечки»	2	-	2
33	Повторный инструктаж	2	2	
34	«Припадания»	2	-	2
35	Перескоки и «подбивки»	2	-	2
36	Дробные выстукивания	2	-	2
37	Присядки	2	-	2
38	«Глубокий поклон»	2	-	2
39	Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук)	2	-	2
40	Хороводный ход в различных направлениях с работой рук	2	-	2
41	Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.	2	-	2
42	Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса	2	-	2
43	Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук	2	-	2
44	Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе	2	-	2
45	Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед	2	-	2
46	Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад	2	-	2
47	Шаг с «приступкой» (с приставкой)	2	-	2
48	Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный)	2	-	2
49	Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)	2	-	2
50	Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево	2	-	2
51	Перекрещивающийся шаг	2	-	2
52	«Веревочка»	2	-	2
53	«Моталочка»	2	-	2
54	«Ковырялочка»	2	-	2
55	«Молоточки»	2	-	2
56	Дробные выстукивания	2	-	2
57	Дроби в характере народных танцев Поволжья	2	-	2
58	«Хлопушки»	2	-	2
59	«Праздничный поклон»	2	-	2
60	Припадания накрест (быстрое)	2	-	2

61	Ускоренная «гармошечка» вокруг себя	2	-	2
62	Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед	2	-	2
63	Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением	2	-	2
64	Фигуры кадрилией	2	1	1
65	Основные ходы танца и сопутствующие им движения рук	2	-	2
66	Итоговая диагностика	2	1	1
67	Открытое занятие для родителей	2	-	2
68	Генеральная репетиция	2	-	2
69	Отчетный концерт	2	-	2
70	Концертная деятельность	6	1	5
		144	10	134

### 3. Содержание

1. Первичный инструктаж. Первичная диагностика.
2. Русский поклон:
  - а) простой поясной на месте,
  - б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении
3. Основные положения и движения рук:
  - ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),
  - положения рук в парах:
    - а) держась за одну руку,
    - б) за две,
    - в) под руку,
    - г) «воротца»,
  - положения рук в круге:
    - а) держась за руки,
  - движения рук:
    - а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,
    - б) раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию),
    - г) хлопки в ладоши
4. Русские ходы и элементы русского танца:
  - простой сценический ход на всей стопе,
  - переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
  - тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,
  - комбинации из основных шагов
5. «Припадание»:
  - по 1 прямой позиции,
  - вокруг себя и в сторону
6. Подготовка к «молоточкам»:
  - по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади,
  - без задержки
7. Подготовка к «моталочке»:
  - по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, впереди
8. «Гармошечка»:
  - начальная раскладка с паузами в каждом положении
  - «лесенка»
  - «елочка»
9. Основы дробных выстукиваний:
  - простой притоп,
  - двойной притоп,
  - подготовка к двойной дроби,
  - двойная дробь,
  - переборы каблучками ног,

— переборы каблучками ног в чередовании с притопами

**10. Хлопки и хлопущки:**

— одинарные,

— скользящие (в ладоши, по бедру)

**11. Подготовка к присядкам и присядки:**

— подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),

— подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,

— «мячик» по 1 прямой и 1 позициям

**12. Русский поклон:**

а) простой поясной

б) с работой рукой (мягко, лирично, резко, бодро)

**13. Основные положения и движения русского танца:**

а) переводы рук из одного основного положения в другое:

— из подготовительного положения в первое основное

— из первого основного положения в третье

— из первого основного во второе

— из третьего положения в четвертое

— из третьего положения в первое

— из подготовительного положения в четвертое

Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой

**14. Положения рук в парах:**

— под «крендель»

— накрес,

— правая рука на талии, а левая за кисть руки впереди, так же за локоть

**15. Положение рук в рисунках танца:**

— в тройках

— в «цепочках»

— в линиях и в колоннах

— «воротца»,

— в диагоналях и в кругах

— «карусель»,

— «корзиночка»

— «прочесы»

**16. Ходы русского танца:**

— простой переменный ход

— тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена

— шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом)

— шаг-удар с небольшим приседанием одновременно

— шаг-мазок каблучком через 1 прямую позицию

— то же самое с подъемом на полупальцах

— ход с каблучка с мазком каблучком

— ход с каблучка простой

— ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании

— комбинации с использованием изученных ходов

**17. «Припадание»:**

— припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,

— с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги

**18. «Веревочка»:**

а) подготовка к «веревочке» на высоких полупальцах

б) простая «веревочка»

в) двойная «веревочка»

**19. «Молоточки» простые.**

**20. Все виды «гармошечек»:**

— «лесенка»

— «елочка»

**21. «Ковырялочка»:**

— с отскоком и броском ноги на 30°

— с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук

— то же самое с переступаниями на опорной ноге

**22. Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:**

— простые (до щиколотки)

— простые (до уровня колена)

— с ударом по 1 прямой позиции

— двойные (до уровня колена с ударом)

— с продвижением в сторону

**23. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук:**

— простые

— с двойным перебором

**24. Дробные движения:**

— двойные притопы

— притопы в продвижении

— притопы вокруг себя

— ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных притопов и прихлопов

— простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении)

— простые переборы каблучками

— переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке

— двойная дробь с притопом

— двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на 45 градусов

— «горошек мелкий»

— заключительный, с притопами в конце

— «ключ» простой

**25. Полуприсядки:**

— простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову

— с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену

**26.** Танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

Изучаемые танцы: Русские танцы – хоровод, полька

**27.** Поклон праздничный (хороводный) в раскладке с паузами после каждого движения.

— Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», дроби.

— Изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Лирический хоровод»

**28.** Виды русских ходов и поворотов:

— простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий

— «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад

— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях

— переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца

— ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах

б) с выносом на каблук вперед

— боковые припадания с поворотами

— припадания по линии круга с работой рук

— бег на переменной смене ног и на полупальцах

— повороты с выносом ноги на каблук

— тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук)

— повороты с «ковырялочкой»

— повороты с «молоточками»

— повороты приемом «каблучки», «поджатые»

**29.** «Веревочки»:

— простая в повороте

— всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками

**30.** «Ковырялочки»:

— простые

— с отскоком и продвижением вперед

— в сочетании с различными движениями русского танца

**31.** «Моталочки»:

— простая

— с перекрестным отходом назад или в позу

**32.** «Гармошечки»:

— простая на вытянутых ногах

- в повороте, в диагональном рисунке с руками
  - в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление
  - с чередованием приставных шагов
- 33. Повторный инструктаж**
- 34. Припадания:**
- боковые с двойным ударом спереди
  - вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга
- 35. Перескоки и «подбивки»:**
- перескоки в повороте
  - перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте)
  - неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции
  - поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад
- 36. Дробные выстукивания:**
- двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой
  - соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно
  - двойная дробь с «ускорением»
  - двойная дробь с притопами и разворотами корпуса
  - «ключ» с использованием двойной дроби
- 37. Присядки:**
- присядка с «ковырялочкой»
  - присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади
  - «гусиный шаг»
  - «ползунок» вперед и в сторону на пол
- 38. «Глубокий поклон»:**
- а) ниже пояса
  - б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук
- 39. Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук)**
- 40. Хороводный ход в различных направлениях с работой рук**
- 41. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед**
- 42. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса**
- 43. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук**
- 44. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе**
- 45. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед**
- 46. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад**
- 47. Шаг с «приступкой» (с приставкой)**

48. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный)
49. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)
50. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево
51. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед)
52. «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами
53. «Моталочка» синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах
54. «Ковырялочка» с отскоками
55. «Молоточки» в характере уральского танца «Шестера»
56. Дробные выстукивания:
  - а) «ключ» дробный;
  - б) «ключ» хлопущечный;
  - в) три дробные дорожки с заключительным ударом
57. Дроби в характере народных танцев Поволжья
58. Хлопушки:
  - а) удары двумя руками по голенищу одной ноги
  - б) удар по голенищу вытянутой ноги
  - в) хлопушки на поворотах
  - г) «ключ» с хлопушкой
59. «Праздничный поклон»
60. Припадания накрест (быстрое)
61. Ускоренная «гармошечка» вокруг себя
62. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед
63. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением
64. Фигуры кадрилей
65. Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук
66. Итоговая диагностика
67. Открытое занятие для родителей
68. Генеральная репетиция
69. Отчетный концерт
70. Концертная деятельность

## 4. Обеспечение

### 4.1. Методическое обеспечение

В работе с обучающимися педагог должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала.

Весь процесс обучения должен быть построен на принципе - от простого к сложному с учетом индивидуальных особенностей ребенка: интеллектуальных, физических, музыкальных и эмоциональных данных, уровня его подготовки.

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

- целенаправленность процесса
- систематичность и регулярность занятий
- постепенность в развитии танцевальных возможностей обучающихся
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым занятием язык общения и танцевальная лексика усложняется и становится разнообразнее.

Занятие по фольклорной хореографии состоит из трех частей:

1. Разминка
2. Работа всей группой.
3. Индивидуальная работа

#### 1. Разминка.

Необходимая часть занятия – разминка. Она проводится в начале каждого занятия по 10-20 минут для «разогрева» рук, ног и всего тела. Обязательны выполнение поклонов, поворотов туловища, основные движения рук и ног.

#### 2. Упражнения на координацию движений.

На занятиях фольклорной хореографии можно использовать народные игры, игровые хороводы в качестве отдыха, смены деятельности. Координация помогает исполнителю обрести свободу, мягкость, пластичность и больше подчеркнуть характер, настроение и выразительность движения.

#### 3. Основные элементы русского народного танца.

Познакомить обучающихся с основными элементами русского казачьего народного танца: основные положения ног и рук, движения рук и ног, поклоны, танцевальные шаги, дробы, хлопучки, подбивки, присядки, концовки, проходки. Каждый освоенный элемент необходимо сначала развивать и усложнять, не соединяя его с другими элементами – постепенно ускорять темп, менять ритмический рисунок. Основные элементы должны быть крепко и правильно освоены, поскольку это фундамент народного танца. В процессе обучения надо бороться с исполнительской небрежностью, пресекать грубую и

слащавую манеру исполнения, поскольку это не только искажает образ и характер, но и приводит к фальшивой манере исполнения.

#### 4. Хоровод.

Основные фигуры хороводов: круг, два круга рядом, круг в круге, улитка, колонна, змейка, улица, ворота. Виды хороводов – орнаментальные и игровые. Педагогу стоит уделить большее внимание на танцевальный шаг в хороводе. Обучающиеся должны выполнять его четко и правильно.

#### 5. Пляска.

Виды плясок: одиночная и парная, перепляс, групповая пляска. Разучивание движений может проводиться как коллективно, так и индивидуально. Характерная особенность пляски – импровизация. Сочинение движение как в момент исполнения пляски, так и в период подготовки. Импровизация увеличивает не только арсенал движений пляшущих, - она окрашивает каждый элемент индивидуальностью исполнителя, расширяет лексику, создает неповторимость пляски.

#### 6. Кадриль.

Виды групповой пляски: квадратные, линейные, круговые. Изучать этот вид рекомендуется когда уже освоены большинство основных элементов русского казачьего народного танца. Начинать удобнее с линейных кадрилей.

#### 7. Полька.

Наиболее легкий и доступный вид парной пляски, в котором нет сложных движений. В польке дети учатся работать в паре, двигаться и выполнять движения ритмически четко под звучащую музыку.

#### 8. Слушание музыки, просмотр видеозаписей. Рекомендуется использовать такие дополнительные формы передачи знаний, как прослушивание дисков и просмотры видеозаписей других коллективов, желательно сохраняющих традицию; встречи и мастер-классы с ведущими хореографами, работающих с фольклорной хореографией.

#### 9. Подготовка к концертным выступлениям. Это итог всей работы. Проводится всем фольклорным ансамблем. При постановке танцевальных номеров, более сложные элементы нужно ставить в конце номера или во время длинного проигрыша, чтобы исполнители успели восстановить дыхание.

### **Формы и методы обучения**

Для реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ)
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями танцевальных коллективов, фольклорных ансамблей, посещение концертов 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 обучающемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности.

#### **4.2. Материально-техническое обеспечение**

- Ковровые дорожки или коврики.
- Компьютер, колонки
- Набор иллюстрированного материала

#### **5. Формы аттестации и оценочные материалы**

В течение учебного года педагогом проводится аттестация обучающихся: начало года – середина года – конец учебного года.

Показатели фиксируются в таблице: Контрольно-измерительные материалы (Приложение 1).

## 6. Список информационных источников

1. Гафт А.М. Исправление дефектов осанки на занятиях хореографией. Профилактика травматизма. Самомассаж. Ханты-Мансийск, 1997.
2. Горский В.А. Методологическое обоснование содержания, форм и методов деятельности педагога дополнительного образования // Дополнительное образование. 2003. №7.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. М., 2004.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. М., 2004.
5. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. Ижевск, 1992.
6. Зацепина К. и Климов А. Народно-сценический танец. М., 1976.
7. Захаров Р. Страницы педагогического опыта. М., 1983.
8. Казачество в истории России: материалы всерос. науч.-практ. конф. (3-4 окт. 2007 г., Москва), Казачество Сибири: от Ермака до наших дней (история, язык, культура): матер. междуна. науч.-практ. конф. (Тюмень, 31 октября 2009).
9. Кашина Н.И. Музыка в системе воспитания и образования казачества Урала и Оренбуржья: история и современность: монография. Екатеринбург, 2011.
10. Климов А. Основы русского народного танца. М., 1981.
11. Кукушин В.С. Современные педагогические технологии / пособие для учителя. Ростов-на-Дону, 2003.
12. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии. М., 1979.
13. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика: учеб. пособие. СПб., 2006.
14. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца., СПб. 1996.
15. Ткаченко Т. Народный танец. М., 1967

### Электронные ресурсы:

1. Видеоматериалы по всем разделам программы.
2. Образовательные диски.

### Интернет ресурсы:

1. <http://dance123.ru/> - сайт Танцевальный словарь содержит информацию по истории развития танцевальных стилей и массовых танцевальных образцов, определение и описание техники исполнения многочисленных танцевальных терминов, характеристику танцев разных народов, эпох.
2. <http://www.youtube.com/user/bolshoi/featured> - официальный канал Государственного академического Большого театра России, представляет оперы, балетные спектакли русской и западной классики (включая признанные шедевры 20-го века), и специальных работ по заказу.
3. <http://mariinsky.tv> - медиавещание Мариинского театра. На сайте ведутся онлайн трансляции концертов, спектаклей. Mariinsky.tv содержит раздел видеоархив, включающий в себя видеоматериалы концертов, спектаклей, репетиций, интервью со звёздами балета, выдающимися хореографами, театральными деятелями.

4. <http://www.horeograf.com/knigi> - на сайте представлено всё для хореографов (методическая литература, публикации, статьи, видео и аудио материалы).
5. <http://video-dance.ru/> - уроки танцев всех стилей и направлений онлайн.
6. <http://dannce.ru/swing/rock-and-roll/> - уроки танцев онлайн.
7. <http://need4dance.ru/> - энциклопедия по хореографии, сайт содержит информацию по истории появления и развития различных стилей и направлений хореографии, узнать основные движения разных танцев, ознакомиться с известными коллективами и людьми оказавшими большое влияние на развитие различных жанров хореографического искусства.
8. <http://sport-lessons.com/> - спортивные уроки онлайн.
9. [http://www.youtube.com/channel/UCwdl\\_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ](http://www.youtube.com/channel/UCwdl_G0ghsXcRcVhRVCMzLQ) - канал о гимнастике, состоящей из аэробных упражнений под ритмичную музыку, которая помогает следить за ритмом выполнения упражнений.
10. <http://www.youtube.com/channel/UCu0op9WasZt-XUvtTY2GdPw/featured> - канал представляет видеоматериалы по различным сочетаниям и системам физических упражнений, составляющих основу и содержание видов спорта, входящих в программы физического воспитания в учебных заведениях.

## Контрольно – измерительные материалы

## Примерная таблица фиксации результатов аттестации обучающихся

№	ФИ ребенка	Хоровод	Пляска	Кадриль	Полька	Массовые композиции танца
1						
2						
3						
4						

## Критерии оценки:

- Н (низкий уровень)
- С (средний уровень)
- В (высокий уровень)

## Календарный учебный график

№	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Первичный инструктаж. Диагностика.	2	сентябрь
2	Русский поклон	2	сентябрь
3	Основные положения и движения рук	2	сентябрь
4	Русские ходы и элементы русского танца	2	сентябрь
5	«Припадание»	2	сентябрь
6	Подготовка к «молоточкам»	2	сентябрь
7	Подготовка к «моталочке»	2	сентябрь
8	«Гармошечка»	2	сентябрь
9	Основы дробных выстукиваний	2	октябрь
10	Хлопки и хлопущки	2	октябрь
11	Подготовка к присядкам и присядки	2	октябрь
12	Русский поклон	2	октябрь
13	Основные положения и движения русского танца	2	октябрь
14	Положения рук в парах	2	октябрь
15	Положение рук в рисунках танца	2	октябрь
16	Ходы русского танца	2	октябрь
17	«Припадания»	2	ноябрь
18	«Веревочка»	2	ноябрь
19	«Молоточки» простые	2	ноябрь
20	Все виды «гармошечек»	2	ноябрь
21	«Ковырялочка»	2	ноябрь
22	Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции	2	ноябрь
23	Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук	2	ноябрь
24	Дробные движения	2	ноябрь
25	Полуприсядки	2	декабрь
26	Танцевальные этюды на материале знакомых танцев	2	декабрь
27	Поклон праздничный (хороводный в раскладке с паузами после каждого движения)	2	декабрь
28	Виды русских ходов и поворотов	2	декабрь
29	«Веревочки»	2	декабрь
30	«Ковырялочки»	2	декабрь
31	«Моталочки»	2	декабрь
32	«Гармошечки»	2	декабрь
33	Повторный инструктаж	2	январь
34	«Припадания»	2	январь
35	Перескоки и «подбивки»	2	январь

36	Дробные выстукивания	2	январь
37	Присядки	2	январь
38	«Глубокий поклон»	2	январь
39	Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук)	2	февраль
40	Хороводный ход в различных направлениях с работой рук	2	февраль
41	Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.	2	февраль
42	Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса	2	февраль
43	Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук	2	февраль
44	Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе	2	февраль
45	Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед	2	февраль
46	Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад	2	февраль
47	Шаг с «приступкой» (с приставкой)	2	март
48	Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный)	2	март
49	Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед)	2	март
50	Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево	2	март
51	Перекрещивающийся шаг	2	март
52	«Веребочка»	2	март
53	«Моталочка»	2	март
54	«Ковырялочка»	2	март
55	«Молоточки»	2	апрель
56	Дробные выстукивания	2	апрель
57	Дроби в характере народных танцев Поволжья	2	апрель
58	«Хлопушки»	2	апрель
59	«Праздничный поклон»	2	апрель
60	Припадания накрест (быстрое)	2	апрель
61	Ускоренная «гармошечка» вокруг себя	2	апрель
62	Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед	2	апрель
63	Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением	2	май
64	Фигуры кадрили	2	май

65	Основные ходы танца и сопутствующие им движения рук	2	май
66	Итоговая диагностика	2	май
67	Открытое занятие для родителей	2	май
68	Генеральная репетиция	2	май
69	Отчетный концерт	2	май
70	Концертная деятельность	6	октябрь-май
			144