

Управление образования администрации городского округа Долгопрудный
муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
детская школа театральных искусств «Семь Я»
городского округа Долгопрудный (ДШТИ «Семь Я»)

РАССМОТРЕНА

Методическим советом
ДШТИ «Семь Я»
Протокол № 6
от 18.08 2020 года

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ДШТИ «Семь Я»
Протокол № 6
от 18.08 2020 года

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
ДШТИ «Семь Я»
А.Л. Смирнова
Приказ от 18.08 2020 года



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА
«ИСКУССТВО ТЕАТРА» (срок обучения- 8 лет)**

Учебный предмет ПО.01.УП.06. ТАНЕЦ

Возраст обучающихся – 6,6-17 лет

Срок реализации – 8 лет

Составитель:

педагог дополнительного образования

Мясникова Т.А.

г. Долгопрудный

2020 г.

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Методы обучения;*

II. Содержание учебного предмета

- *Сведения о затратах учебного времени;*
- *Годовые требования по классам;*

III. Список литературы

- *Список рекомендуемой методической литературы*

I. Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области театрального искусства «Искусство театра», а также на основе Примерной программы «Танец» для средних специальных музыкальных школ, рекомендованной Научно-методическим центром по художественному образованию в 2005 году для использования в детских школах искусств.

Танцевальное искусство существует с древнейших времен. Культовые, трудовые, охотничьи и другие обряды сопровождались не только игрой на музыкальных инструментах и пением, но и танцами.

Программа «Танец», основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Танец способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение, способствует более глубокому эмоционально - осознанному восприятию музыки, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Учебный предмет «Танец» направлен на формирование у учащихся необходимых знаний в области объективных законов сценического движения и умения их использовать.

Танец исполняется чаще всего всем коллективом и требует четкого взаимодействия всех участников. Таким образом, повышается дисциплина, чувство ответственности и товарищества.

Основу практической части предмета составляют классический, народно-сценический и историко-бытовой танцы. Современный театр - искусство синтетическое, требующее от юного артиста разнообразных умений и навыков. Хореография раздвигает рамки актерских возможностей учащихся, дает возможность погрузиться в эпоху, «вжиться» в сценический материал.

Задача первых двух лет обучения - дать учащимся первоначальную хореографическую подготовку, развить общую музыкальность, чувство ритма и сформировать у них основные двигательные качества и навыки для занятий в дальнейшем классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. В итоге обучения происходит накопление знаний, умений, навыков, необходимых для следующих этапов освоения программы «Искусство театра».

2. Срок реализации учебного предмета «Танец»

Срок освоения учебного предмета «Танец» для детей, поступивших в образовательную организацию в первый класс в возрасте от 6,6 до 9 лет, составляет 8 лет (с 1 по 8 классы).

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета «Танец»

Таблица 1

Нормативный срок обучения – 8 лет

Вид учебной нагрузки	Кол-во часов
Максимальная нагрузка (в часах)	461
Количество часов на аудиторную нагрузку	461
Консультации	24

4. Цель программы:

Приобщение детей к искусству хореографии. Формирование умения чувствовать общее эмоциональное содержание музыки и передавать его в движении. Развитие произвольной эмоционально-двигательной реакции на музыку разного характера, активного творческого поиска передачи образов. Развитие художественного вкуса.

Выявление яркости индивидуальностей, развитие свободного и полного проявления способностей каждого при единстве взглядов на искусство.

Задачи программы:

1. Формировать художественный вкус учащихся.

2. Формировать хореографические умения и навыки на основе программного материала.
 - знание основной терминологии в области хореографического искусства;
 - знание принципов взаимодействия музыкальных и танцевальных выразительных средств;
3. Изучать народный танец, а также изучать танцы других национальностей.
 - знание элементов и основных комбинаций классического, народно-сценического, историко-бытового танцев;
 - знание средств художественной выразительности при создании образа в танцевальном жанре
4. Развивать физические качества, концентрацию памяти, внимания, координацию движения.
 - умение исполнять элементы и основные комбинации классического, народно-сценического и историко-бытового танцев;
 - умение запоминать и воспроизводить танцевальный текст
5. Воспитывать сознательное отношение к своему здоровью, чувство моральной ответственности.
 - развивать навыки по применению упражнений с целью преодоления технических трудностей.
6. Воспитывать исполнителей, умеющих думать, с живым воображением и хореографической инициативой.

5. Методы обучения

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

- наглядный – показ движений преподавателем;

- словесный – беседа о танце, объяснение техники исполнения хореографических движений, рассказ о средствах выразительности музыкального сопровождения, аналитическая оценка результатов учебного процесса;
- эмоциональный – подбор ассоциаций, образов;
- практический – исполнение движений и танцевальных этюдов учащимися;
- репродуктивный – неоднократное воспроизведение полученных знаний, а также двигательных умений и навыков.

II. Содержание учебного предмета

Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Танец», на максимальную нагрузку учащихся и аудиторные занятия:

Таблица 2

Срок освоения предпрофессиональной программы «Искусство театра»

Классы	Распределение по годам							
	1	2	3	4	5	6	7	8
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	2	2	2	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	32	33	66	66	66	66	66	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	461							
Объем времени на консультации (по годам)	2	2	2	2	4	4	4	4
Общий объем времени на консультации	24							

1 класс

К основной задаче первого года обучения относится воспитание основ танцевальной культуры на образцах классического, народно-сценического и историко-бытового танцев; развитие координации движений, умение слушать музыку, согласовывая движения и отражая ее характер.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 3

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная учебная нагрузка (в часах)	33	21	12
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. подготовка (ОФП)	10	7	3
3.	Элементы классического танца	8	5	3
4.	Элементы историко-бытового танца	6	4	2
5.	Этюдная работа	2	1	1
6.	Музыкально-танцевальные игры	2	1	1
7.	Контрольные уроки	2	2	
8.	Консультации	2	1	1

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках,
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения.

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса;
- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины;

- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног;
- Упражнения, направленные на развитие координации.

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Понятие «правая и левая рука»;
- Понятие «правая и левая нога»;
- Постановка рук в классическом танце
- Понятие «позиции рук в классическом танце»
(подготовительная, первая)
- Понятия «стопа, подъем»
- Понятие «позиции ног» (свободные позиции)
- Понятие «птичка».
- Понятие Demi и grand plie
- Понятие Battments tendu
- Понятие Battments tendu jete
- Понятие Rond de jamb par terre en dehors и en dedans

Практика.

Исполнение следующих упражнений:

- Demi и grand plie (1 и 2 свободные позиции ног)
- Battment tendu (из 1 свободной позиции крестом)
- Battments tendu jete (из 1 свободной позиции крестом)
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans (из 1 свободной позиции)

Лежа на полу:

- Demi и grand plie (1 и 2 свободные позиции ног)
- Battment tendu (из 1 свободной позиции крестом)
- Battments tendu jete (из 1 свободной позиции крестом)
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans (из 1 свободной позиции)

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Понятие «историко-бытовой танец»
- Виды историко-бытового танца.
- Музыкальный размер шага польки
- Положение рук во время исполнения шага польки.
- Положение ног во время исполнения шага польки

Практика.

- Изучение приставного шага;
- Изучение шага «галоп» (вперед);
- Изучение шага «полька» (с продвижением вперед)

5. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Понятие «танцевальный этюд»
- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов.

6. Музыкально-танцевальные игры

Цель – создать условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирование навыков в обстановке эмоционального комфорта.

Теория:

- знакомство с правилами игр.

Практика:

- «Рассыпуха»;
- «В мире животных»;
- «Веселые человечки».

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными упражнениями на развитие физических данных;
- умением исполнять простые танцевальные этюды.

2 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на первом году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Развивается умение танцевать в паре, воспитание дисциплинированности, манеры исполнения.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 4

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная учебная нагрузка (в часах)	33	21	12
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. подготовка (ОФП)	10	7	3
3.	Элементы классического танца	8	5	3
4.	Элементы историко-бытового танца	6	4	2
5.	Этюдная работа	2	1	1
6.	Музыкально-танцевальные игры	2	1	1
7.	Контрольные уроки.	2	2	
8.	Консультации	2	1	1

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках,
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения.

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса;
- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины;

- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног;
- Упражнения, направленные на развитие координации.
- Растяжка.

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Понятие «позиции рук в классическом танце»;
- Понятие «позиции ног в классическом танце».
- Понятие и правила исполнения Demi и grand plie
- Понятие и правила исполнения Battments tendu
- Понятие и правила исполнения Battments tendu jete
- Понятие и правила исполнения Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Понятие и правила исполнения прыжка

Практика.

Исполнение следующих упражнений:

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции
- Исполнение следующих упражнений у станка, лицом к опоре.
- Demi и grand plie (1 и 5 позиции ног)
 - Battment tendu (из 1 позиции крестом)
 - Battments tendu jete (из 1 позиции крестом)
 - Прыжки по I и II свободным позициям

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Понятие «историко-бытовой танец»
- Виды историко-бытового танца.
- Положение рук во время исполнения шага польки.

- Положение ног во время исполнения шага польки
- Постановка головы и корпуса во время исполнения шага польки
- Правила исполнения шага полька в паре

Практика.

- Изучение приставного шага (боком);
- Изучение шага «галоп» (вперед, боком);
- Изучение шага «полька» (с продвижением вперед, боковой шаг польки)
- Изучение шага «галоп» (боком) в паре;

5. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов.

6. Музыкально-танцевальные игры

Цель – создать условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирование навыков в обстановке эмоционального комфорта.

Теория:

- знакомство с правилами игр.

Практика:

«Займи свое место »

«Эхо»

«Запретная мелодия»

Игры, связанные с закреплением материала по историко-бытовому танцу.

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными упражнениями на развитие физических данных;
- навыками комбинирования движений;
- умением исполнять простой танцевальный этюд.

3 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на втором году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Продолжение развития умения танцевать в паре, а также манеру исполнения.

Развитие умения танцевать в ансамбле.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 5

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная нагрузка (в часах)	66	49	17
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. подготовка (ОФП)	11	8	3
3.	Элементы классического танца	19	15	4
4.	Элементы историко-бытового танца	19	15	4
5.	Этюдная работа	6	4	2
6.	Музыкально-танцевальные игры	4	3	1
7.	Контрольные уроки	2	2	
8.	Консультации	4	2	2

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках,
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах
- правила поведения на сценических площадках.

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения.

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса;

- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины;
- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног;
- Упражнения, направленные на развитие координации.
- Растяжка
- Упражнения на развитие гибкости

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Понятие и правила исполнения Relevé
- Понятие и правила исполнения Demi и grand plie (1, 2, и 5 позиции)
- Исполнение комбинации «крестом»
- Понятие и правила исполнения Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Понятие и правила исполнения Battements fondu
- Понятие и правила исполнения Battements frappés

Практика.

Исполнение

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции.
- Relevé – по I, II позициям

Исполнение следующих упражнений у станка (лицом к опоре) :

- Demi и grand plie (1,2, и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Battements fondus
- Battements frappés – в сторону носком в пол.

Исполнение маленьких прыжков

- cote (по I и II выворотным позициям ног)

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Понятие «историко-бытовой танец»
- Полька
- Положение рук во время исполнения шага польки.
- Положение ног во время исполнения шага польки
- Постановка головы и корпуса во время исполнения шага польки
- Правила исполнения шага полька в паре

Практика.

- Шаг «галоп» (вперед, боком, назад);
- Шаг «галоп» в паре (вперед, боком, назад)
- Шаг «полька» (вперед, боком)
- Изучение шага «полька» (назад)
- Изучение шага «полька» в паре (с продвижением вперед),

5. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов. (Историко-бытовой танец)
- Элементарные формы танцевальной импровизации

6. Музыкально-танцевальные игры

Цель – создать условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний, понятий, формирование навыков в обстановке эмоционального комфорта.

Теория:

- знакомство с правилами игр.

Практика:

«Рисуем мелодию»

«Чья команда дружнее»

«Вместе - врозь»

Игры, связанные с закреплением материала по историко-бытовому танцу.

Игры, предусматривающие возможность использования максимального числа изучаемых танцевальных шагов, а также побуждающие к составлению танцевальных комбинаций.

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными упражнениями на развитие физических данных;
- навыками комбинирования движений;
- умением исполнять простые танцевальные этюды
- знать и понимать изученную терминологию по классическому и историко-бытовому танцу.

4 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на третьем году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Знакомство с народно-сценическим танцем. Изучение элементов народно-сценического танца. Продолжаем развивать умение танцевать в ансамбле, а также манеру исполнения.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 6

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная нагрузка (в часах)	66	50	16
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. Подготовка (ОФП)	10	8	2
3.	Элементы классического танца	15	12	3
4.	Элементы историко-бытового танца	15	12	3
5	Элементы народно-сценического танца	13	9	4
6	Этюдная работа	6	5	1
7.	Контрольные уроки	2	2	
8.	Консультации	4	2	2

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках,
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах
- правила поведения на сценической площадке

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения.

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса;
- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины;
- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног;
- Упражнения, направленные на развитие координации.
- Упражнения, направленные на развитие гибкости
- Растяжка

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Правила построения комбинаций у станка
- Правила исполнения Battements fondu
- Правила исполнения Battements frappés
- Правила исполнения адажио
- Правила исполнения Grand battement
- Понятие «большой прыжок» и правила его исполнения.
- Правила исполнения классических комбинаций на середине.

Практика.

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции

Исполнение следующих упражнений у станка боком:

- Relevé – по I, II, V позициям
- Demi и grand plie (1,2,4 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Battements fondus
- Battements frappes

Исполнение следующих упражнений у станка (лицом к опоре)

- Адажио (в сторону, назад)

- Grand battement (в сторону, назад)

Исполнение на середине:

- Relevé – по I, II, позициям
- Demi и grand plie (1,2 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans

Исполнение маленьких прыжков

- sote
- echarpe

Исполнение больших прыжков

- jete
- подготовка к исполнению перекидного прыжка

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Понятие «историко-бытовой танец»
- Вальс
- полонез

Практика.

- Изучение шага «полька» (с продвижением вперед, с продвижением назад, боковой шаг польки, шаг польки с поворотом)
- Изучение шага «полька» в паре (с продвижением вперед, с продвижением назад, с поворотом)
- Перекатный шаг
- Вальсовый шаг (вперед, назад)

5. Элементы народно-сценического танца

Цель- знакомство с историей и бытом различных народов.

Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических

Теория.

- Понятие «народно-сценический танец»
- Знакомство с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.
- Позиции рук в народно-сценическом танце
- Позиции ног народно-сценическом танце

Практика.

- Положение рук в народном танце
 - ладонь на талии,
 - кулачок на талии.
 - подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса);
 - 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце);
 - 4-я позиция (руки на талии).
 - позиции ног: (5 свободных, 5 прямых, 2 закрытых)
- Поясной русский поклон.
- Русский переменный ход в сочетании с руками.
- Припадание в сторону из III свободной позиции.
- Подскоки.
- Русский бег.
- Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробям).
- «Ковырялочка»:
 - Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад
 - dos a dos на различных движениях.

Присядки: (для мальчиков)

- подготовка к присядке;

- «мячик» по I прямой и I свободной позициям;
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол (на месте);

6. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов. (Историко-бытовой и народно-сценический танцы)
- Элементарные формы танцевальной импровизации
- Самостоятельная работа по составлению этюда на заданную тему

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными упражнениями на развитие физических данных;
- навыками комбинирования движений;
- умением исполнять простые танцевальные этюды

5 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на четвертом году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Расширение материала народно-сценического танца. Продолжаем развивать умение танцевать в ансамбле, а также манеру исполнения.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 7

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная нагрузка (в часах)	66	51	15
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. подготовка (ОФП)	8	6	2
3.	Элементы классического танца	17	14	3
4.	Элементы историко-бытового танца	13	10	3
5.	Элементы народного-сценического танца	15	12	3
6.	Этюдная работа	6	5	1
7.	Контрольные уроки	2	2	
8.	Консультации	4	2	2

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах
- правила поведения на сценической площадке

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения.

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса;
- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины;
- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног;
- Упражнения, направленные на развитие координации.
- Упражнения, направленные на развитие гибкости
- Растяжка

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Правила построения комбинаций у станка
- Понятие Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Понятие Battements fondu
- Понятие Battements frappés
- Понятие адажио
- Понятие Grand battement
- Понятие «большой прыжок» и правила его исполнения.
- Правила исполнения классических комбинаций на середине.

Практика.

Исполнение следующих упражнений у станка боком :

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции.
- Relevé – по I, II позициям
- Demi и grand plie (1,2,4 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Battements fondus – в сторону, вперед, назад.
- Battements frappés – в сторону носком в пол.
- Адажио

- Grand battement

Исполнение на середине:

- Relevé – по I, II, позициям
- Demi и grand plie (1,2 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans

Исполнение маленьких прыжков

- sote
- echarpe

Исполнение больших прыжков

- jete
- подготовка к исполнению перекидного прыжка
- перекидной прыжок

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Правила исполнения вальсового шага по коробочке
- Положение партнеров во время исполнения вальса в паре
- Правила исполнения вальсового шага с поворотом.

Практика.

- Повторение танцевального шага «Полька»
- Перекатный шаг
- Вальсовый шаг (вперед, назад, в сторону, с поворотом)
- Изучение вальсового шага по коробочке

5. Элементы народно-сценического танца

Цель- знакомство с историей и бытом различных народов.

Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса

знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических

Теория.

- Понятие «народно-сценический танец»
- Продолжение знакомства с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.
- Позиции и положения рук при работе у станка
- Правила исполнения *Battement tendu* из V позиции «носок-каблук»
- Правила исполнения *Battement tendu jete* с *pour le pied*
- Позиции рук в народно-сценическом танце
- Позиции ног народно-сценическом танце

Практика.

- Положение рук в народном танце
- ладонь на талии
- кулачок на талии
- подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса)
- 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце)
- 4-я позиция (руки на талии)
- позиции ног: (5 свободных, 5 прямых, 2 закрытых)

Упражнения у станка:

- *Plie* по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции
- *Battement tendu* из V позиции «носок-каблук»
- *Battement tendu jete* с *pour le pied*
- Подготовка к «веревочке» - скольжение работающей ноги по опорной
- Поясной русский поклон
- Русский переменный ход в сочетании с руками
- Припадание в сторону из III свободной позиции

- Подскоки
- Русский бег
- Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробям)
- «Ковырялочка»
- «Припадание» в сторону из III свободной позиции
- «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie

6. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов
- Элементарные формы танцевальной импровизации
- Самостоятельная работа по составлению этюда на заданную тему

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными упражнениями на развитие физических данных;
- навыками комбинирования движений;
- умением исполнять простые танцевальные этюды

6 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на пятом году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Продолжается знакомство с народно-сценическим танцем. Развитие умения танцевать в ансамбле, а также манеру исполнения.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 8

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная нагрузка (в часах)	66	51	15
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. Подготовка (ОФП)	8	6	2
3.	Элементы классического танца	17	14	3
4.	Элементы историко-бытового танца	13	10	3
5.	Элементы народного танца	15	12	3
6.	Этюдная работа	6	5	1
7.	Контрольные уроки.	2	2	
8.	Консультации	4	2	2

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах
- правила поведения на сценической площадке

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса

- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины
- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног
- Упражнения, направленные на развитие координации
- Упражнения, направленные на развитие гибкости
- Растяжка

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Правила построения комбинаций у станка
- Правила построения комбинаций на середине
- Правила исполнения классических комбинаций на середине
- Понятие Grand battement
- Понятие «турлян»
- Понятие «большой прыжок» и правила его исполнения

Практика.

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции

Исполнение следующих упражнений у станка боком:

- Relevé – по I, II, V позициям
- Demi и grand plie (1,2,4 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Battements fondus
- Battements frappés
- Одажио
- Grand battement

Исполнение на середине:

- Relevé – по I, II, позициям
- Demi и grand plie (1,2 и 5 позиции ног)

- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Grand battement

Исполнение маленьких прыжков

- sote
- echarpe

Исполнение комбинаций из изучаемых прыжков

Исполнение больших прыжков

- jete
- подготовка к исполнению перекидного прыжка
- перекидной прыжок

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Правила постановки рук и корпуса в вальсе
- Понятие «вальсовая дорожка»
- История рождения танца «Полонез»
- Музыкальный размер полонеза

Практика.

- Вальсовый шаг
- Вальс в паре
- Изучение шага полонеза

5. Элементы народно-сценического танца

Цель- знакомство с историей и бытом различных народов.

Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических номеров.

Теория.

- Понятие «народно-сценический танец»
- Продолжение знакомства с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства
- Позиции и положения рук при работе у станка
- Правила исполнения *Battement tendu* из V позиции «носок-каблук»
- Правила исполнения *Battement tendu jete* с *pour le pied*
- Позиции рук в народно-сценическом танце (украинский танец)
- Позиции ног народно-сценическом танце (украинский танец)

Практика.

Положение рук в русском народном танце

- ладонь на талии
- кулачок на талии

Положение рук в украинском народном танце

- ладонь на манистах
- ладонь на талии

Упражнения у станка:

- *Plie* – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп
- *Battements tendu* – «носок - каблук» с окончанием в *plie* (каблук)
- *Battement tendu jete* с *pour le pied*
- Подготовка к «веревочке» - скольжение работающей ноги по опорной
- Подготовка к «веревочке» - разворот бедра в закрытое положение
 - открытое положение.
- Опускание на колено – у каблука опорной ноги (с поворотом к палке)
- *Flic-flac* – из V позиции в V позицию во всех направлениях
- *Releve lent* – с сокращением стопы

Упражнения на середине

- Русский переменный ход в сочетании с руками

- Припадание в сторону из III свободной позиции
- Подскоки
- Русский бег
- Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробям)
- «Ковырялочка»
- «Припадание» в сторону из III свободной позиции
- «Гармошка» в повороте
- «Веревочка»:
- «Моталочка» в прямом положении

Вращения:

- на двух подскоках полный поворот
- «припаданием» на месте

6. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов
- Элементарные формы танцевальной импровизации
- Самостоятельная работа по составлению этюда на заданную тему

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными упражнениями на развитие физических данных
- навыками комбинирования движений
- умением исполнять танцевальные этюды в паре

7 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на шестом году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Выбатываются навыки самостоятельного построения танцевальных этюдов. Продолжаем развивать умение танцевать в ансамбле, а также манеру исполнения.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 9

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная нагрузка (в часах)	66	52	14
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. Подготовка (ОФП)	8	6	2
3.	Элементы классического танца	16	14	2
4.	Элементы историко-бытового танца	12	10	2
5.	Элементы народного танца	14	12	2
6.	Этюдная работа	9	6	3
7.	Контрольные уроки.	2	2	
8.	Консультации	4	2	2

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах
- правила поведения на сценической площадке

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса
- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины
- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног
- Упражнения, направленные на развитие координации
- Упражнения, направленные на развитие гибкости
- Растяжка

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Правила построения комбинаций у станка
- Правила построения комбинаций на середине
- Правила исполнения классических комбинаций на середине
- Понятие и правила исполнения Grand battement
- Понятие «арабеск»
- Понятие «большой прыжок» и правила его исполнения
- Понятие прыжковая комбинация

Практика.

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции

Исполнение следующих упражнений у станка боком:

- Relevé – по I, II, V позициям
- Demi и grand plie (1,2,4 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Battements fondus
- Battements frappés
- Адажио
- Grand battement

Исполнение на середине:

- Relevé – по I, II, V позициям
- Demi и grand plie (1, 2 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Grand battement
- Тур лян (2 и 4 арабеск)

Исполнение маленьких прыжков

- cote
- echarpe

Исполнение комбинаций из изучаемых прыжков

Исполнение больших прыжков

- jete
- подготовка к исполнению перекидного прыжка
- перекидной прыжок
- сисон (2 и 4 арабеск)

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Правила постановки рук и корпуса в вальсе
- Понятие «вальс по кругу»
- Правила исполнения вальса в ансамбле
- Характер шага полонеза
- Правила исполнения полонеза в паре

Практика.

- Вальсовый шаг
- Вальс в паре
- Шаг полонеза
- Шаг полонеза в паре

5. Элементы народно-сценического танца

Цель- знакомство с историей и бытом различных народов.

Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических номеров

Теория

- Характер и манера исполнения украинского танца
- Основные положения рук в украинском танце
- Характер и манера исполнения итальянского танца «Тарантелла»
- Основные положения рук в итальянском танце
- Правила работы с предметом (тамбурин)

Практика

Украинский народный танец (упражнение для мальчиков)

- Основной ход танца «Ползунец» (полный присед, скользящие с каблука длинные шаги)
 - Полное приседание с последующим отскоком в сторону в полуприседание и открывание другой ноги в сторону на 45° (*упражнение для мальчиков*)
- Бегунец
- «ковырялочка» с наклоном головы (корпуса) вперед
- «Веревочка» в повороте
- «Подбивка» из стороны в сторону
- «Голубцы»
- Движения рук с тамбурином
- Battements tendu jete вперед с шага и ударом носком по полу (pique) – с продвижением вперед, назад; удар носком по полу (pique) с подскоком – на месте, с продвижением назад
- Jete-pique (на месте и с отходом назад на plie)
- Соскоки на полупальцы в 5-й позиции на plie (и на месте и в повороте)
- Pas echarpe (соскоки на II позицию)

- Бег – pas enboite – на месте, с продвижением вперед
- Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом
- Подскоки на полу пальцах по 5-й позиции

6. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов историко-бытового танца
- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов народно- бытового танца
- Элементарные формы танцевальной импровизации
- Самостоятельная работа по составлению этюда на заданную тему

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными, изучаемыми в течение учебного года упражнениями на развитие физических данных;
- навыками комбинирования движений;
- умением исполнять танцевальные этюды в паре и в ансамбле.

8 класс

Закрепляются знания и навыки, полученные на седьмом году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Продолжаются развиваться умения и навыки самостоятельного построения танцевальных этюдов.

Продолжение развития умения танцевать в ансамбле, а также манеры исполнения.

1. Сведения о затратах учебного времени

Таблица 10

№	Наименование раздела	Учебная нагрузка	Практика	Теория
	Максимальная нагрузка (в часах)	66	52	14
1	Вводное занятие	1		1
2.	Общая физ. Подготовка (ОФП)	8	6	2
3.	Элементы классического танца	15	13	2
4.	Элементы историко-бытового танца	11	9	2
5.	Элементы народного танца	13	11	2
6.	Этюдная работа	12	9	3
7.	Контрольные уроки.	2	2	
8.	Консультации	4	2	2

2. Годовые требования

1. Вводное занятие.

Теория:

- знакомство с техникой безопасности на уроках
- беседы о правилах дорожного движения
- правила поведения на улице и в общественных местах
- правила поведения на сценической площадке

2. ОФП (общая физическая подготовка)

Цель - укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Теория.

- знакомство с правильностью выполнения упражнений
- техника безопасности при выполнении упражнения

Практика.

- Упражнения, направленные на укрепление мышц брюшного пресса
- Упражнения, направленные на укрепление мышц спины
- Упражнения, направленные на укрепление мускульной силы рук и ног
- Упражнения, направленные на развитие координации
- Упражнения, направленные на развитие гибкости
- Растяжка

3. Элементы классического танца.

Цель – формирование классически правильных навыков движения, умения легко и координировано танцевать.

Теория.

- Правила построения комбинаций у станка
- Правила построения комбинаций на середине
- Правила исполнения классических комбинаций на середине
- Понятие «арабеск»
- Понятие и правила исполнения «Шине»
- Положение рук и ног при исполнении шине
- Понятие и правила исполнения «тур пике»
- Положение рук и ног при исполнении «тур пике»
- Понятие «большой прыжок» и правила его исполнения
- Понятие прыжковая комбинация

Практика.

- Port de bras – правильное прохождение рук через основные позиции

Исполнение следующих упражнений у станка боком:

- Relevé – по I, II, IV, V позициям
- Demi и grand plie (1,2,4 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete

- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Battements fondus
- Battements frappés
- Одажио
- Grand battement

Исполнение на середине:

- Relevé – по I, II, V позициям
- Demi и grand plie (1, 2 и 5 позиции ног)
- Battment tendu
- Battments tendu jete
- Rond de jamb par terre en dehors и en dedans
- Grand battement

Исполнение маленьких прыжков

- cote
- echarpe

Исполнение комбинаций из изучаемых прыжков

Исполнение больших прыжков

- jete
- подготовка к исполнению перекидного прыжка
- перекидной прыжок
- сисон (2 и 4 арабеск)
- сисон ферме

Вращения

- Шине
- Турлянь (1,2,3 и 4 арабеск)
- Тур пике

4. Элементы историко-бытового танца

Цель – знакомство с особенностями художественной культуры и вкусами различных социальных слоев в различные эпохи.

Теория.

- Правила постановки рук и корпуса в вальсе
- Правила исполнения вальса в ансамбле
- Правила исполнения полонеза в паре
- История возникновения мазурки
- Музыкальный размер мазурки.
- Характер мазурки
- Понятие и правила исполнения Pas couru
- Понятие и правила исполнения Pas gala
- Понятие и правила исполнения Coup de talon, или «голубец»

Практика.

- Вальс в паре
- Полонез в паре
- Шаг мазурки
- Шаг мазурки в паре

5. Элементы народно-сценического танца

Цель- знакомство с историей и бытом различных народов.

Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев

Теория

- Областные особенности Русского народного танца
- Характер и манера исполнения испанских танцев
- Положения рук в испанских танцах
- Положение ног в испанских танцах
- Характер и манера исполнения цыганских танцев
- Положения рук в цыганских танцах
- Положение ног в цыганских танцах

Практика

- Plie - сочетания выворотных и прямых позиций, резких и мягких plie

- Battement tendu:
 - с переходом с опорной ноги на рабочую;
 - с увеличенным количеством переводов стопы «носок-каблук».
- Battement tendu jete - с balensuare через проскальзывание опорной ноги
- Battement tendu jete «Каблучное» - с «ковырялочкой» на 90°
- Rond de jambe parter:
 - «восьмерка» (без остановки в сторону на вытянутой опорной ноге и plie);
- Battement fondu с сокращенной стопой
- Flic- flac:
 - с пружинящими переступаниями на полупальцах (цыганское);
 - double flic
- Battement developpe – резкие с двойным ударом опорной пятки в момент открывания ноги
- Grand battement jete:
 - с двойным ударом подушечкой опорной ноги
 - с balensuare на 90°

Упражнения на середине

- Ход кадильный (с каблучка).
- «Веревочка» - собираем в развернутые комбинации (добавляем различные украшения: хлопки, подвороты, соскоки)
- Вращения:
 - через каблучки
 - бегунец с прыжочками (поджатые ноги)
 - «Игра с платочком» (у девушек)

Средняя полоса России

- переменный ход с разворотом корпуса
- шаркающий шаг
- приставной шаг с ударом

Север России

- Работа с шаями

- переменный шаг (шаг с носка на всю стопу)
- простой шаг
- «припадание» по I прямой позиции

Краснодарский край

- шаг на полупальцах
- боковой ход (боковой ход «накрест»)
- шаг с каблука и подбивкой
- шаг на полупальцах
- приставной шаг на полупальцах с опусканием на всю стопу

Испанский танец

- Port de bras (переводы рук в различные позиции и положения)
- Ход – удлиненные шаги в прямом положении вперед на demi-plie
- Zarateado – выстукивания:
 - поочередные, подушечками стоп и каблуками по I прямой позиции
 - удар стопой с двумя последующими поочередными ударами каблуков
- Соскоки в I прямую позицию на всю стопу в demi-plie
- Шаг по диагонали вперед или назад, с одним или двумя ударами подушечкой стопы по V свободной позиции, сзади или спереди
- Sissonne ouverte в сторону на 45°
- Pas de basque.

Цыганский танец

Движения рук:

- круговые переводы рук от плеча
- взмахи от плеча и локтя
- переводы рук «восьмеркой»
- Движение кисти: взмахи, мелкие от запястья, повороты внутрь и наружу
- Переступания на полупальцах (характерная пружинка)
- Ходы:
 - простые шаги с носка
 - скользящие шаги на полупальцах

- переменный ход с остановкой на третьем шаге и *riques* согнутой сзади ногой (вперед и назад)
- шаг на II закрытую позицию («винт») и окончанием в *plié* в V позиции

Чечетка:

- простая
- с переступанием
- с соскоком на II позицию
- боковая от себя (*flic*) – с движением в сторону за работающей ногой
- Прыжок в «кольцо» (женское и мужское)
- «Хлопушки» (мужское): в несложных связках удары в ладоши, по груди, по бедру, по голенищу, по каблуку, по полу

6. Этюдная работа

Цель – развитие творческих способностей детей.

Теория.

- Правила составления танцевального этюда.

Практика.

- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов историко-бытового танца
- Составление этюдов на заданную тему с использованием в них, изученных ранее танцевальных шагов народно-бытового танца
- Элементарные формы танцевальной импровизации
- Самостоятельная работа по составлению этюда на заданную тему

7. Контрольные уроки.

Цель – проверка усваивания ребенком учебного материала.

Форма проведения – открытый урок.

Практика:

Ребенок должен владеть:

- различными, изучаемыми в течение учебного года упражнениями на развитие физических данных
- навыками комбинирования движений

- умением исполнять танцевальные этюды на заданные темы
в паре и в ансамбле

III. Список литературы:

1. Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу».- М.: «Один из лучших», 2008
2. Холл. Д. «Уроки танцев». Перевод с англ. Т.В. Сидориной – М.: АСТ: Астрель, 2009
3. Зиминая А.Н. «Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей».- М., 1998
4. Базарова Н.П., Мей В.П. «Азбука классического танца».- Л: Искусство, 1983
5. Степаненкова Э.Я. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка».2-е издания. – М., 2006.
6. Ваганова А.Я «Основы классического танца».-Л.: Искусство, 1980
7. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - 2004
8. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. - М., 1976
9. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981
- 10.Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974
- 11.Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
- 12.Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: СГУ,1992
- 13.Гербек Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
14. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Ферменянц Е., Народно-сценический танец, ч.1. М., 19
15. Лопухов А., Ширяев А, Бочаров А. Основы характерного танца, Л.-М., 1939
- 16.Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
17. Надеждина Н. Русские танцы М., 1950
18. Стуколкина И. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972
- 19.Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974
- 20.Устинова Т. «Избранные русские народные танцы». М., Искусство, 1996
- 21.Л. Карпенко «Художественная гимнастика». Москва 2003г