

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- ✓ *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
- ✓ *Срок реализации учебного предмета*
- ✓ *Сведения о затратах учебного времени*
- ✓ *Форма проведения учебных аудиторных занятий*
- ✓ *Цель и задачи учебного предмета*
- ✓ *Структура программы учебного предмета*
- ✓ *Методы обучения*
- ✓ *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

II. Содержание учебного предмета

- ✓ *Учебно-тематический план*
- ✓ *Годовые требования*

III. Требования к уровню подготовки учащихся

- ✓ *Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения*

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- ✓ *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- ✓ *Критерии оценки*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список литературы и средств обучения

I. Пояснительная записка

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Народная хореография» разработана на основе федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области музыкального искусства «Музыкальный фольклор» и опытом работы с детьми в области фольклорного исполнительства.

Программа учебного предмета «Народная хореография» входит в вариативную часть учебного плана дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области музыкального искусства «Музыкальный фольклор». Программа предназначена для реализации в МБУ ДО «Детская школа искусств № 7» по учебному предмету «Постановка голоса» сроком обучения 8 лет (с 1 по 8 класс), а также в других образовательных учреждениях дополнительного образования детей, реализующих дополнительные предпрофессиональные общеобразовательные программы в области музыкального искусства.

Необходимость изучения предмета «Народная хореография» предопределена его историческим развитием, тесной взаимосвязью с историей народа, бытом, обычаями и обрядами. Именно это составляет и определяет сознание национальной принадлежности, рождает патриотические чувства. Этот фактор влияния на воспитание подрастающего поколения неоспорим.

Срок реализации учебного предмета

В соответствии с ФГТ рекомендуемый срок реализации учебного предмета «Народная хореография» при 8-летнем обучении по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе «Музыкальный фольклор» составляет 8 лет.

Срок освоения учебного предмета «Народная хореография» может быть увеличен на один год при 9-летнем сроке реализации образовательной программы (9 класс).

Продолжительность учебных занятий в первом классе составляет 32 недели в год, со второго по девятый годы обучения составляет 33 недели в год.

Сведения о затратах учебного времени

На освоение учебного предмета «Народная хореография» по учебному плану предлагается 1 час аудиторных занятий в неделю.

Программа предмета «Народная хореография» не предусматривает самостоятельную работу учащегося.

Трудоёмкость в часах		Распределение по годам обучения							
		1	2	3	4	5	6	7	8
		Количество недель аудиторных занятий							
		32	33	33	33	33	33	33	33
		Недельная нагрузка в часах							
Аудиторные занятия (в часах)	263	1	1	1	1	1	1	1	1
Максимальная учебная нагрузка по предмету	263	1	1	1	1	1	1	1	1

Трудоёмкость в часах		Распределение по годам обучения	
		9 класс	
		Количество недель аудиторных	
		33	
		Недельная нагрузка в часах	
Аудиторные занятия (в часах)	33	1	
Максимальная учебная нагрузка по предмету	33	1	

Форма проведения учебных занятий

Занятия проводятся в мелкогрупповой форме (от 4 до 10 человек) и групповой форме (от 11 человек), продолжительность урока – 45 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

Учебный предмет «Народная хореография», может проводиться следующим образом: ансамбль из обучающихся первых классов; ансамбль из обучающихся 2–5-х классов; ансамбль из обучающихся 6–8-х классов, смешанный по возрасту ансамбль; а также ансамбль из учащихся 1-2 классов, 3-4 классов, 5-6 классов, 7-8 (9) классов. В зависимости от количества обучающихся возможно перераспределение ансамблевых групп.

Цель учебного предмета

Предмет «Народная хореография» удивительно богат своими красками: большим разнообразием движений, композиционных построений, форм, сюжетов. Диапазон танцевальной лексики очень широк, что позволяет приобщиться к русской танцевальной культуре детям школьного возраста, имея минимальную физическую подготовку или не имея таковой. В условиях дополнительного образования «Народная хореография» играет большую роль в создании репертуара танцевальных коллективов.

Цель реализации программы: воспитание эмоциональной выразительности исполнителя, умения передать особенности стиля и манеры русских танцев.

Задачи учебного предмета

Образовательные:

- ✓ Сформировать технические навыки, культуру исполнения

Развивающие:

- ✓ Развить и укрепить мышечный аппарат, правильную здоровую осанку учащегося
- ✓ Развить координацию и пластику движений
- ✓ Развить индивидуальные способности детей
- ✓ Развить эмоциональную свободу, выразительность

Воспитательные:

- ✓ Сформировать эстетический художественный вкус
- ✓ Обогащать кругозор и развить творческое мышление
- ✓ Воспитать музыкальность, ритмичность

Структура программы

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 учащихся;
- ✓ Формы и методы контроля, система оценок, итоговая аттестация;
- ✓ Методическое обеспечение учебного процесса.

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

Методы обучения

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

- ✓ Словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- ✓ Наглядный (показ, наблюдение, демонстрация приемов работы);
- ✓ Практический (освоение танцевальных движений);
- ✓ Эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления).

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Балетные учебные залы для занятий по учебному предмету должны быть оборудованы балетными станками, зеркалами. Для проведения занятий необходим музыкальный инструмент и/или аудио аппаратура. Необходимо наличие концертного зала и фонотеки.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Классы:	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33	33	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	32	33	33	33	33	33	33	33	33
Количество часов на внеаудиторные занятия (в неделю)	32	33	33	33	33	33	33	33	33

Аудиторная нагрузка по учебному предмету «Народная хореография» распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Виды внеаудиторной работы:

- ✓ Выполнение домашнего задания;
- ✓ Посещение учреждений культуры (филармонии, театров, концертных и выставочных залов и др.);
- ✓ Участие обучающихся в концертах, творческих мероприятиях и культурно-просветительской деятельности образовательного учреждения и др.

Учебно-тематический план

Первый- второй годы обучения (с учетом формирования ансамблевых групп по возрастам)

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	<u>Раздел № 1 Основные понятия предмета</u> Тема 1.1. Поклон Тема 1.2. Позиции и положения рук и ног Тема 1.3. Постановка корпуса Тема 1.4. План класса	5
2.	<u>Раздел №2. Танцевальные шаги и бег</u> Тема 2.1. Простые шаги Тема 2.2. Переменные шаги Тема 2.3. Танцевальный бег	10
3.	<u>Раздел №3 Движения русского танца</u> Тема 3.1. Основные движения <u>Зачетный урок</u> Тема 3.2. Дробные упражнения и дробы Тема 3.3. «Хлопушки» Тема 3.4. Координационная работа рук	26
4.	<u>Раздел №4 Трюковые элементы русского танца</u> Тема 4.1. Вращения	11

	Тема 4.2. «Присядки»	
5.	<u>Раздел № 5 Прыжковая техника</u> Тема 5.1. Высота прыжка	4
6.	<u>Раздел № 6 Этюдная работа</u> Тема 6.1. Хоровод Зачетный урок	9
7.	<u>Итого</u>	65

Третий – четвертый годы обучения (с учетом формирования ансамблевых групп по возрастам)

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	<u>Раздел № 1 Основные понятия предмета</u> Тема 1.1. Поклон Тема 1.2. Позиции и положения рук и ног Тема 1.3. Постановка корпуса Тема 1.4. План класса	6
2.	<u>Раздел №2. Танцевальные шаги и бег</u> Тема 2.1. Простые шаги Тема 2.2. Переменные шаги Тема 2.3. Танцевальный бег	13
3.	<u>Раздел №3 Движения русского танца</u> Тема 3.1. Основные движения Тема 3.2. Дробные упражнения и дробы Тема 3.3. «Хлопушки» Тема 3.4. Координационная работа рук	15
4.	<u>Раздел №4 Трюковые элементы русского танца</u> Тема 4.1. Вращения Тема 4.2. «Присядки» Тема 4.3. Акробатические элементы	12
5.	<u>Раздел № 5 Прыжковая техника</u> Тема 5.1. Прыжки с вытягиванием ног Тема 5.2. Прыжки с поджатию ног	8
6.	<u>Раздел № 6 Этюдная работа</u> Тема 6.1. «Семейские танцы» Тема 6.2. Кадриль Зачетный урок	16
7.	<u>Итого</u>	70

Пятый-шестой годы обучения (с учетом формирования ансамблевых групп по возрастам)

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	<u>Раздел № 1 Основные понятия предмета</u> Тема 1.1. Поклон Тема 1.2. Позиции и положения рук и ног Тема 1.3. План класса	4
2.	<u>Раздел №2. Танцевальные шаги и бег</u> Тема 2.1. Простые шаги Тема 2.2. Переменные шаги	13

	Тема 2.3. Танцевальный бег	
3.	<u>Раздел №3 Движения русского танца</u> Тема 3.1. Основные движения Тема 3.2. Дробные упражнения и дробы Тема 3.3. «Хлопушки»	14
4.	<u>Раздел №4 Трюковые элементы русского танца</u> Тема 4.1. Вращения Тема 4.2. «Присядки» Тема 4.3. Акробатические элементы	14
5.	<u>Раздел № 5 Прыжковая техника</u> Тема 5.1. Прыжки с вытягиванием ног Тема 5.2. Прыжки с поджатию ног	8
6.	<u>Раздел № 6 Этюдная работа</u> Тема 6.1. Образный танец Тема 6.2. Казачьи пляски Тема 6.3. Перепляс с предметом Зачетный урок	17
7.	<u>Итого</u>	70

Седьмой-восьмой (девятый) годы обучения (с учетом формирования ансамблевых групп по возрастам)

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	<u>Раздел № 1 Положения рук в русском танце</u> Тема 1.1. Положения рук в тройках и четверках Тема 1.2. Движения рук в кадрилях	4
2.	<u>Раздел №2. Движения в русских танцах</u> Тема 2.1. «Ключ». Ключ «простой», «сложный» Тема 2.2. «Веребочка» Тема 2.3. «Молоточки» Тема 2.4 «Дробы». Мелкая разговорная дробь	12
3.	<u>Раздел №3 Трюковые элементы русского танца</u> Тема 3.1. Вращения с носка, каблука Тема 3.2. Полуприсядки, присядки Тема 3.3. «Коленка»	12
4.	<u>Раздел №4 Танцевальная культура Забайкалья</u> Тема 4.1. «Полька-бабочка с переходом» Тема 4.2. «Краковяк» Тема 4.3. «Матаня»	16
5.	<u>Раздел № 5 Фольклорные танцы новосибирской области</u> Тема 5.1. Хоровод «Ихохода» Тема 5.2. «Платоновский чирик» Тема 5.3 «Парная кадриль»	14
6.	<u>Раздел № 6 Постановка песенно-танцевальных композиций</u> Тема 6.1. Развитие рисунка танца в песне Тема 6.2. Казачья традиция. Хороводный казачий пляс Тема 6.3. Белгородская традиция – построение пересек Зачетный урок	12

7.	Итого	70
----	--------------	----

Годовые требования

Ожидаемые результаты 1 - 2 года обучения

В конце учебного года учащиеся должны показать знание правильной постановки корпуса, подготовку движению, знания названий движений и правильное их исполнение под музыку, освоить элементы координации рук.

В 1-ом полугодии на контрольном уроке пройденные элементы показываются в чистом виде, в конце года изученные движения соединяются в простейшие комбинации на 8 тактов 4/4.

В конце года изученные движения соединяются в небольшие разнохарактерные развернутые танцевальные комбинации, хороводного и плясового плана, с эмоциональной окраской исполняемого материала

Ожидаемые результаты 3 - 4 года обучения

В конце учебного года обучения учащиеся должны показать технические навыки в освоении комбинаций и координационной работе.

В 1-ом полугодии на контрольном уроке пройденные элементы показываются в виде танцевальных комбинаций.

Во 2-ом полугодии на зачетном уроке пройденные элементы показываются в чистом виде, в конце года изученные движения соединяются в комбинации на 16 тактов 4/4 в простейших «рисунках» танца. В конце года рекомендуется показать этюдную работу в форме кадрили и семейского танца.

Ожидаемые результаты 5 - 6 года обучения

В конце учебного года обучения учащиеся должны показать уровень танцевальной выразительности, техники исполнения.

В 1-ом полугодии на контрольном уроке пройденные элементы показываются в виде танцевальных комбинаций на 32 - 64 такта 4/4.

В конце года рекомендуется показать этюдную работу в форме перепляса с предметом. В этюдную работу вводятся вращения и трюки.

Ожидаемые результаты 7 – 8 (9) года обучения

В конце учебного года обучения учащиеся должны показать технику исполнения изученных элементов, которые объединяются в большие развернутые комбинации и этюды.

В первом полугодии на зачетном уроке пройденные элементы показываются в виде развернутых танцевальных комбинаций на 64 такта в размере 4/4.

В конце года (8 год обучения) рекомендуется показать экзаменационную работу в форме танцевальных композиций, сопровождаемых песней. Разнохарактерные вокально-хореографические композиции с учетом региональных особенностей и манеры исполнения.

Требования к программе выпускного экзамена

Выпускной экзамен должен выявить у обучающихся полученные знания, умения, навыки за весь срок обучения:

- умение исполнять грамотно, выразительно и свободно освоенный программный материал;
- уровень исполнительской техники и артистичности в соответствии с программными требованиями;
- освоение законченной танцевальной формы;
- знание и использование методики исполнения изученных движений;
- знание терминологии движений и основных поз;
- знания об исполнительских средствах выразительности танца;
- знание правил выполнения того или иного движения, ритмической раскладки;
- умение обоснованно анализировать свое исполнение и анализировать исполнение движений друг друга;
- умение находить ошибки, как у себя, так и в исполнении других;
- анализировать музыку с точки зрения темпа, характера, музыкального жанра;
- владение осознанным, правильным выполнением движений, самоконтроль над мышечным напряжением, координацией движений.

Содержание программы 1-2 года обучения:

Раздел 1: Основные понятия предмета:

Тема 1.1: Поклон:

- Поклон наклоном головы
- Поясной поклон

Тема 1.2: Позиции и положения ног и рук:

- 1, 3, 2 свободные позиции ног, 6-я позиция
- Подготовительное положение рук
- Руки ладонями на поясе
- Положение рук на юбке у девочек
- 1, 2, 3 позиции рук
- Положение платка в руке за конец

Тема 1.3: Постановка корпуса:

Изучается во всех позициях ног статично. Позже вводится понятие «подготовка к движению». Подготовка к движению выполняется для каждого движения.

Тема 1.4: План класса:

Изучаются точки класса, определяются рабочие диагонали, построение круга, линий, «шахматного порядка».

Понятие «рисунка танца».

Раздел 2: Танцевальные шаги и бег:

Тема 2.1: Простые шаги:

- Шаг с носка вперед, назад

- Шаг с каблучка вперед с перекатом на всю стопу
- Шаг на полу пальцах вперед
- Шаг на каблучках вперед

Тема 2.2: Переменные шаги:

- Переменный шаг вперед
- Переменный шаг назад
- Переменный шаг вперед, назад с ударом всей стопой по 6 позиции

Тема 2.3: Танцевальный бег:

- Бег вперед с отбрасыванием ног от колен назад
- Бег вперед с высоким подниманием колен спереди
- Боковой приставной бег – «галоп»
- Подскоки в продвижении, на месте
- «Молоточки» на месте

Раздел 3: Движения русского танца:

Тема 3.1: Основные движения:

- «Елочка»
- «Гармошка». «Гармошка» с приседанием
- «Ковырялочка», «ковырялочка» с тройным притопом
- Подготовка к «моталочке», «моталочка» с тройным притопом
- Подготовка к «качалочке» - «маятник»
- Подготовка к «веревочке»
- «припадание» по 6-ой позиции ног

Тема 3.2: Дробные упражнения и дроби:

- Удары всей стопой в пол одинарные, двойные, поочередные тройные
- Подготовка к одинарной дроби, одинарная дробь на одной, затем на другой ноге
- Проучивается двойная дробь в продвижении сначала на одной ноге, затем на другой
- «Простой ключ» с двух ног
- Проучивается «трилистник»

Тема 3.3: «Хлопушки» - упражнения для мальчиков:

- Хлопки в ладоши спереди и позади корпуса
- Хлопки по бедру фиксированные – «печатающая хлопушка»
- Понятие «замаха» со 2-ой позиции рук
- «Печатающая хлопушка» по бедру согнутой в колене ноги с переступаниями по 6-ой позиции ног, руки работают со 2-ой позиции
- «Ключ одинарный» с хлопками в ладоши (с подскоком)

Тема 3.4: Координационная работа рук:

Работа руками поочередно и вместе из положения рук на поясе в 1-ю, на 2-ю позиции и закрытие на пояс. Девочки работают с платком в одной руке. Далее добавляется 3-я позиция и взмах платком или кистью руки (после раскрытия на 2-ю позицию или из подготовительного положения, проходя 2-ю позицию). Позиции рук четко фиксируются остановкой движения, паузой.

Раздел 4: Трюковые элементы русского танца:

Тема 4.1: Вращения:

- Понятие «точки» вращения
- Полные повороты корпуса вправо – влево с фиксированием «точки» взглядом и головой, ноги выполняют переступания на полу пальцах
- Проучивается вращение «шене» по диагонали, руки на поясе

Тема 4.2: «Присядки» - упражнения для мальчиков:

- Подготовка к полу- и полным присядкам – сначала плавное, затем резкое опускание в полу- и полное приседание по 1-ой, 2-ой свободным позициям ног.
- Полу- и полные присядки с легким прыжком по 1-ой, 2-ой свободным позициям ног.
- «Мячики» по 6-ой и 1-ой свободной позиции ног на месте
- Проучивается «тараканчик» на месте

Раздел 5: Прыжковая техника:

Тема 5.1: Прыжки с вытягиванием ног:

- Прыжок по 6-ой позиции ног
- Прыжок «разножка» с раскрытием ног в воздухе
- Изучается прыжок с поджатием ног по 6-ой позиции ног.

Этот раздел направлен на развитие выносливости, легкости, силы, служит подготовкой к трюковым элементам русского танца в старших классах. Следует уделить внимание приземлению после каждого прыжка в приседание.

Раздел 6: Этюдная работа:

Тема 6.1. Хоровод:

Предлагается к изучению форма орнаментального хоровода Севера России Архангельской области (по Климову А. А.)

Содержание программы 3 - 4 года обучения:

Раздел 1: Основные понятия предмета:

Тема 1.1: Поклон:

- Поклон с шагом вперед, назад и наклоном головы
- Поясной поклон с шагом вперед, назад

Тема 1.2: Позиции и положения ног и рук:

- 3-я и 5-я выворотная позиция ног
- Руки на поясе кулачками (запястье не заламывается)
- У мальчиков: руки (обе или одна) согнуты в локтях и заведены кистями за затылок
- В массовых танцах: держась ладонями прямых рук, чуть отведенных от корпуса в стороны, держась за плечо впереди стоящего партнера

Тема 1.3: Постановка корпуса:

Подготовка к движению, выполняется через 1-ю на 2-ю позиции рук и закрывается на пояс или на юбку.

Тема 1.4: План класса:

Все предыдущие знания о «рисунке» танца обобщаются в этюдной работе. Добавляются «колонна», «змейка», «звездочка», 2 круга.

Раздел 2: Танцевальные шаги и бег:

Тема 2.1: Простые шаги:

- Боковой приставной шаг на каблук по 3-ей позиции ног, позже добавляется удар впереди стоящей ногой
- Шаг с носка с проскальзывающим ударом каблука по 6-ой позиции ног и выносом ноги вперед
- «Шаркающий» кадильный ход
- «Семейский ход» - легкие пружинящие шаги с опусканием на каблук

Тема 2.2: Переменные шаги:

- Переменный шаг вперед с выносом ноги на воздух через проскальзывание по 1-ой позиции ног и приседанием на опорной. Корпус в момент выноса ноги поворачивается плечами «в противоход»
- Переменный шаг вперед на полу пальцах с ударом носком сзади и резким подъемом ноги от колена назад вверх
- Переменный шаг вперед на полу пальцах с ударом носком спереди и резким подъемом ноги от колена спереди наверх

Тема 2.3: Танцевальный бег:

- Бег вперед с выбрасыванием прямых ног вперед и назад
- Боковой приставной бег – «галоп» с поворотом корпуса
- Бег с отбрасыванием согнутых от колена ног в сторону стопой наружу, руки раскрыты на 2-ой позиции

Раздел 3: Движения русского танца:

Тема 3.1: Основные движения:

- «Гармошка» в повороте вправо, влево
- «Ковырялочка» с работой руки на 2 позицию
- «Моталочка» с продвижением вперед
- «Качалочка» боком к зрителю в продвижении вперед, назад
- «Припадание» по 3-ей позиции ног вправо, влево
- «Веребочка» одинарная, двойная
- Проучивается «подбивка»

Тема 3.2: Дробные упражнения и дроби:

- Одинарная дробь в продвижении вперед
- Двойная дробь в продвижении
- «Трилистник» с переступанием
- «Хромающая дробь»
- «Сложный ключ»
- Проучиваются «семейские» дроби:

1-я дробь: притоп левой, правой, правой, левой, правой ногами, затем с начала

2-я дробь: соскок на обе ноги чуть вперед, отскочить скользящим движением назад, одинарная дробь на правую ногу 2 раза, затем мелкий бег с ударами каблучков с паузой через 3 движения 2 раза, затем сначала

3-я дробь: одинарная дробь правой ногой 4 раза по 3-ей позиции, затем перескочить на правую ногу, левую поднять на щиколотку спереди, начиная поворот вокруг себя влево, подскакивая еще 3 раза продолжать поворачиваться, затем сначала

Тема 3.3: «Хлопушки»:

- «Печатающая хлопушка» по голенищу сапога прямой ноги спереди, в стороне, позже с переступаниями ног
- «Скользящая хлопушка» по бедру ног поочередно правой, левой и одновременно, ноги статичны по 6 позиции, затем во время хлопков шаги с высоким подъемом колен «за рукой» или «в противоход»

Тема 3.4: Координационная работа рук:

Работа руками поочередно и вместе по позициям слитно, не фиксируя позиции. Девочки перекладывают платок в работающую руку. Продолжается работа взмахом кисти с платком к себе или от себя.

Раздел 4: Трюковые элементы русского танца:

Тема 4.1: Вращения:

- «Шене» по диагонали, руки на 2-ой позиции
- Проучивается «бегунок» для девочек
- Подготовка к «маленькому блинчику» для девочек
- «Припадание» в повороте на $\frac{1}{2}$ оборота вправо, влево
- Двойная дробь в повороте на $\frac{1}{2}$ оборота
- «Бочонок» по диагонали для мальчиков

Тема 4.2: «Присядки» - упражнения для мальчиков:

- Полу- и полная «присядка» с открыванием прямой ноги на воздух в сторону
- «Присядка» с оставлением ноги на каблук в сторону
- «Тараканчик» в продвижении боком

Раздел 5: Прыжковая техника:

Тема 5.1: Прыжки с вытягиванием ног:

- Мальчиками проучивается «щучка» - прыжок с подтягиванием прямых ног наверх к корпусу в наклоне вперед, руки вытянуты прямо перед собой
- Прыжок по 6-ой позиции ног выполняется в повороте на 180° вправо, влево
- «Разножку» мальчики выполняют в наклоне корпуса вперед, руки на 2-ой позиции, чередуя с прыжком по 6-ой позиции с вытягиванием ног

Тема 5.2: прыжки с поджатием ног:

- Изучается прыжок с поджатием ног по 6-ой позиции ног
- Прыжок «косыночка» по 3-ей позиции с переменой ног в воздухе

Раздел 6: Этюдная работа:

Тема 6.1. «Семейские танцы»:

- Все проученные элементы объединяются в этюд с использованием шалей.

Тема 6.2. «Кадриль»:

- Рекомендуется к изучению «Тверская кадриль», «Вологодская напарочка» на выбор педагога (по Т. А. Устиновой) в доступном переложении для возраста учащихся.

Содержание программы 5 - 6 года обучения:

Раздел 1: Основные понятия предмета:

Тема 1.1: Поклон:

- Шаги вперед и работа правой руки одновременно с наклоном корпуса «к сердцу» (у девочек – с платком), также назад. Во время подъема корпуса рука возвращается вниз вправо.

Тема 1.2: Позиции и положения ног и рук:

- Руки на уровне 1-ой позиции собраны кистями в кулачки, повернутыми в пол

- Руки вытянуты в локтях в стороны между подготовительным положением и 2-ой позицией, кисти в кулачках

Эти положения применяются с использованием платка или шали, накинутой на плечи (у девочек).

- в массовых танцах: «корзинка» взявшись за руки спереди или сзади за талию, положение в парах «под руку» или «под локоть»

Тема 1.3: План класса:

В «рисунок» танца добавляется разноплановое исполнение, «карусель», «русский шен».

Раздел 2: Танцевальные шаги и бег:

Тема 2.1: Простые шаги:

- Шаг с акцентом на 1-ю долю такта с отбрасыванием ноги от колена назад
- Шаг с высоким подъемом колен вперед
- Шаг с подъемом ног от колен назад
- Предыдущий шаг с поворотом корпуса на 180* «за ногой»
- Шаг с перескоком вперед, ноги поднимаются от колен назад
- Шаг с подъемом прямых ног вперед на 90* с вытянутым или сокращенным подъемом

Тема 2.2: Переменные шаги:

- Переменный шаг из стороны в сторону
- Шаг с поворотом корпуса на 360* с одной ноги, с другой – обычный переменный шаг
- Шаг с выносом ноги через 1-ю позицию на воздух спереди в приседание на опорной
- Шаг с «молоточками» спереди и (или) сзади, на целой стопе и на полу пальцах

Тема 2.3: Танцевальный бег:

- Бег с «молоточками» вперед
- Бег вперед с высоким подъемом колен и ударом каблуком, продвигаясь вперед или назад

Раздел 3: Движения русского танца:

Тема 3.1: Основные движения:

- «Моталочка» с «па – де - баском»
- «Моталка» по 3-ей позиции ног
- «Качалочка» с «подбивкой»
- «Припадание» по 3-ей позиции с поворотом вокруг себя
- «Припадание» двойное
- «Веревочка» в повороте по $\frac{1}{4}$ круга
- «Па-де-баск»

Тема 3.2: Дробные упражнения и дроби:

- Проучиваются переступания на полу пальцах с двойной дробью
- «Дробная дорожка» подряд, с остановкой
- «Хромающая» на каблук с двойной дробью
- «Гвоздик» - одинарный удар всей стопой перед двойной дробью
- Повороты вокруг себя в дробях: «хромающей», двойной, одинарной
- Казачьи дроби: двойная с двойным «ключом», «хромающая» с двойной напереди идущую ногу – дробный казачий ход

Тема 3.3: «Хлопушки»:

- «Печатающая хлопушка» в наклоне корпуса по голенищу сапога с внешней и с внутренней стороны
- «Скользкая хлопушка» по бедру от себя с отходом назад чуть в сторону и оставлением ноги на каблуке, корпус в небольшом наклоне в сторону ноги на каблуке, опорная нога на приседании.
- «Хлопушка» в повороте вокруг себя с «печатающими» ударами по голенищам сапог, «скользящие» удары по бедрам согнутых ног.

Раздел 4: Трюковые элементы русского танца:

Тема 4.1: Вращения:

- «Шене» по кругу
- Подготовка к «большому блинчику» для девочек, «большой блинчик» по диагонали
- «Бегунок» с «блинчиком» для девочек
- Двойная дробь с переступаниями на полу пальцах
- Проучивается «обертас» для девочек, «обертас»
- «Бочонок» по кругу для мальчиков
- Вращение по 2-ой позиции вправо, влево

Тема 4.2: «Присядки» - упражнения для мальчиков:

- Присядка по 6-ой позиции- «мячик», затем опереться на правую руку, обе ноги выносятся в сторону влево на полу пальцы, колени выпрямляются, сохраняя позицию, левая рука на 2-ой позиции, затем то же с другой ноги
- Присядка с выносом ноги в сторону на каблук и небольшим продвижением «за ногой», не выходя из полного приседания, руки на 2-ой позиции
- Присядка с поворотом на 180° и выходом в 4-ю позицию, впереди стоящая нога на каблуке

Тема 4.2: «Присядки» - упражнения для мальчиков:

- «Присядка» с открыванием прямой ноги на воздух в сторону с продвижением боком, рука раскрыта в 3-ю позицию в сторону «от ноги»
- «Мячики» в продвижении, руки раскрыты на 2-ю позицию, в повороте на 360°
- «Тараканчик» в продвижении по кругу
- Шаг «гуськом»
- «Ползунок»
- «Стульчик» изучается сначала с помощью станка на месте, затем с руками на 2-ой позиции

Раздел 5: Прыжковая техника:

Тема 5.1. Прыжки с вытягиванием ног:

- Прыжок по 6-ой позиции ног выполняется в повороте на 180° вправо, влево в более быстром темпе
- «Разножку» мальчики выполняют в наклоне корпуса вперед, руки на 2-ой позиции с подходом через полу присядку по 1-ой позиции
- «Щучка» выполняется с меньшей высотой и большим наклоном корпуса для мальчиков

Тема 5.2: Прыжки с поджатием ног:

- Прыжок по 6-ой позиции девочки выполняют в повороте на 360° с руками на 2-ой позиции (учитывается уровень подготовки)

Раздел 6: Этюдная работа:

Тема 6.1: Образный танец

Проучивается танец «Гусачок» Смоленской области (по Т. А. Устиновой):

Тема 6.2: Казачьи пляски:

Пляски казаков России. Может включаться работа с плетками, шашками.

Тема 6.3: Перепляс с предметом:

На основе пройденного лексического материала предыдущих классов разучивается форма перепляса с народными инструментами фольклорного плана: бубном, трещоткой, ложками, колокольчиками, дудками, свистульками, рожками и т. д. на выбор педагога.

Содержание программы 7 – 8 (9) года обучения:

Раздел 1: Положения рук в русском танце.

Тема 1.1. Положения рук в тройках и четверках:

- Мальчик и две девочки держат друг друга под руки.
- Трое девочек держат друг друга сзади руками «корзиночкой».
- Двое девочек и два мальчика держат друг друга за руки в 3-ей позиции.
- Двое девочек и два мальчика держат друг друга за руки впереди – скрещенное положение.

Тема 1.2. Движения рук в кадрили:

- Прищелкивание пальцами.
- Игра с платком.

- Движение рук «муку сеять», «белье полоскать».

Раздел 2: Движения рук в русских танцах.

Тема 2.1. «Ключ»:

- «Простой ключ».
- «Сложный ключ».

Тема 2.2. «Веревочка»:

- «Одинарная веревочка»
- «Веревочка двойная»
- «Веревочка» с выносом ноги на каблук.

Тема 2.3. «Молоточки»:

- «Молоточки» на месте по 6 позиции.
- «Молоточки» в сочетании с танцевальным бегом.

Тема 2.4. «Дроби»:

- Мелка разговорная дробь.
- Дробь в три ножки «Трилистник»
- Дроби каблуком в комбинации

Раздел 3: Трюковые элементы русского танца.

Тема 3.1. «Вращения с носка, с каблука»:

- Подготовка к вращению с каблука, вращение каблука по диагонали.
- Подготовка к вращению с носка, вращение с носка по диагонали.

Тема 3.2. «Полуприсядки, присядки»:

- Полуприсядка с выносом ноги на каблук.
- Полуприсядка с выносом ноги на высоту 45 градусов.
- Присядка с разворотом корпуса на 180 градусов.

Тема 3.3. «Колена»:

- «Колено для мальчиков – ползунок»
- «Колено для девочек – бегунок по полукругу»

Раздел 4: Танцевальная культура Забайкалья.

Тема 4.1. «Полька-бабочка с переходом»:

- Положения рук в паре.
- Рисунок танца.

Тема 4.2. «Краковяк»:

- Движения рук и ног.
- Манера исполнения.

Тема 4.3. «Матаня»:

- Построение рисунка.
- Основные движения рук и ног.

Раздел 5: Фольклорные танцы Новосибирской области.

Тема 5.1. «Хоровод иххода»:

- Рисунок хоровода (круг, «воротуа», «змейка»).
- Манера исполнения.

Тема 5.2. «Платоновский чижики»:

- Основное построение рисунка.

- Движения рук; положения рук в паре.
- Движения ног с притопами.

Тема 5.3. «Парная кадриль»:

- Положения рук в паре – 3 вида.
- Построение линейной кадрили.
- Парные проходки.
- Сольные комбинации для мальчиков и девочек.

Раздел 6: Постановка песенно-танцевальных композиций.

Тема 6.1. «Развитие рисунка танца в песне»:

- Перестроение исполнителей (главная и второстепенная линия).
- Построение сложного рисунка («прочес», «шен»).

Тема 6.2. «Казачья традиция. Хороводный казачий пляс»:

- Работа с платочком (движения рук; переводы рук)
- Проходки с каблука с движениями рук.
- Сольные комбинации для девочек и мальчиков (дробь, хлопушки).

Тема 6.3. «Белгородская традиция – построение пересека»:

- Основные движения рук для девочек и мальчиков.
- Построение ритмического рисунка – пересека.
- Манера исполнения.

III. ТРЕБОВАНИЯ КУРСУ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народная хореография», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- ✓ Знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- ✓ Знание терминологии;
- ✓ Знание элементов и основных комбинаций танца;
- ✓ Знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- ✓ Знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- ✓ Умение исполнять элементы и основные комбинации русского танца;
- ✓ Умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- ✓ Умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже и разучивании танцев;
- ✓ Умения выполнять комплексы специальных танцевальных упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- ✓ Навыки сохранения и поддержки собственной физической формы;
- ✓ Навыки публичных выступлений.

IV ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Основными принципами проведения и организации всех видов контроля успеваемости являются: систематичность, учёт индивидуальных особенностей обучаемого и коллегиальность.

Оценка качества реализации программы «Народная хореография» включает в себя текущую, промежуточную, итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на контрольных уроках, зачетах, экзаменах.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счетаудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, на ответственную организацию домашних занятий, имеет воспитательные цели, может носить стимулирующий характер. Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем, оценки выставляются в журнал и дневник учащегося.

Промежуточная аттестация

Виды промежуточной аттестации: академические концерты, исполнение концертных программ, прослушивания, творческие просмотры, творческие показы, театрализованные выступления.

Контрольные уроки, зачеты могут проходить в виде просмотров класс концерта, а также концертных номеров. Контрольные уроки, зачеты и экзамены в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

В случае, если по предмету «Народная хореография» промежуточная аттестация проходит в форме академических концертов, они могут быть приравнены к зачетам или контрольным урокам.

Экзамен может проводиться в виде концерта (театрализованного выступления), исполнения концертных программ, творческого показа.

Критерии оценок

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

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных знаний, умений и навыков.

Критерии оценки качества исполнения:

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

5 (Отлично)	Технически качественное и художественно осмысленное выступление
4 (Хорошо)	Грамотное исполнение с небольшими недочетами как в техническом плане, так и в художественном
3 (Удовлетворительно)	Исполнение с большим количеством недочетов: неграмотное, невыразительное, слабая техническая подготовка, незнание методики выполнения движений
2 (Неудовлетворительно)	Исполнение с комплексом недостатков, являющееся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы предмета, технические ошибки и отсутствие выразительности
«Зачет» (без отметки)	Отражает достаточный уровень подготовки на данном этапе

В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков. При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- ✓ Оценка годовой работы ученика;
- ✓ Оценка на экзамене (зачете);
- ✓ Другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПАЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методические рекомендации педагогическим работникам

При изучении разделов настоящей программы необходимо знакомить учащихся с особенностями исполнения каждой формы танца, рассказывать о народных обрядах, традициях, истории, быте народа. Все это помогает более глубокому пониманию национального характера, усиливает выразительность исполнения. При этом не следует преждевременно навязывать детям «взрослую» манеру исполнения, заставлять «наигрывать» темперамент и утрировать мимическую игру. Исполнение всегда должно быть естественным, а предлагаемый материал – соответствовать техническим возможностям учащихся и учитывать их возрастную психологию.

В процессе освоения программы необходим индивидуальный подход к детям с учетом их физических данных и способности к восприятию учебного материала. Педагог вправе выбирать степень сложности танцевального текста, варьировать по своему усмотрению насыщенность и разнообразие лексики. Усложнение лексики, композиции, введение новых технических приемов должно быть подготовлено всем предыдущим ходом обучения.

Особое внимание следует уделить такому немаловажному фактору, как дыхание учащихся. Правильно поставленное дыхание имеет иногда решающее значение для освоения танцевальной техники. Особенно если учитывать частую смену ритмов и темпов урока русского танца, длительные, требующие большого дыхания, развернутые танцевальные композиции, необходимость преодолевать значительное сценическое пространство.

Следует принимать во внимание физические особенности учащихся, большинство из которых имеют ограниченные данные в той или иной степени.

Специфика предмета предусматривает работу с платочком у девочек, начиная с первых уроков. Платок может постепенно включаться во все изученные движения и вращения.

Трюковые элементы танца предусматривают разделение на женские и мужские, опираясь на физиологию детей и традиции предмета.

В данной программе педагог может использовать некоторые народные инструменты фольклорного плана как элемент работы с предметом для большей выразительности учебного материала и развития координационных навыков: ложки, трещотки, бубны, колокольчики и другие шумовые.

Музыкальный материал урока имеет немаловажное значение в изучении предмета. Должен быть очень четкий ритмический рисунок, строго определенные музыкальные фразы, соответствующие характеру изучаемого материала. Для уроков следует отбирать яркие, выразительные, хорошо прослушиваемые темы, на которые наиболее удачно «ложится» танцевальный текст и по ритму, и по темпу, и по характеру. Используя богатство русского народного и авторского музыкального материала, нужно подбирать достаточно разнообразный аккомпанемент к урокам, избегая повторений в темах и мелодиях. Здесь необходимо тесное сотрудничество педагога и концертмейстера.

В процессе обучения важную роль играют и межпредметные связи, которые помогают избежать «форсирования» учебного материала по одному из предметов. Преподаватель должен строить процесс обучения, учитывая степень подготовки учащихся по другим дисциплинам.

VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ

Методическая, учебно – методическая литература:

1. Годенко М. Танцы Сибири. Красноярское кн. изд., 2008г.
2. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 2004г.
3. Климов А. Основы русского народного танца. (Учебное пособие) - М., 2006г.
4. Климов А. Русский народный танец. Север России. – М., 2006г.
5. Князева О. Танцы Урала. – С., 2008г.
6. Надеждина Н. Русские танцы. – М., 2010г.
7. Русские народные танцы. М., 2008г.
8. Русские кадрили. М., 2006г.
9. Танцы народов СССР. Вып. 7. М., 2010г.
10. Танцы народов СССР. Вып. 8. М., 2010г.
11. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 2007г.
12. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. – М., 2005г.
13. Устинова Т. Русский народный танец. – М., 2006г.

Источники периодической печати

1. Подборка журналов «Искусство» 2003-2012 гг.
2. Подборка журналов «Дополнительное образование и воспитание» 2010-2011гг.
3. «Мастер-класс», приложение к журналу «Методист», 2008г.

Интернет-ресурсы

1. www.metod-kopilka.ru – методическая копилка педагога доп. образования
2. <http://www.klyaksa.net/> - внеурочные занятия в школе.
3. <http://ru.wikipedia.org/> - википедия – свободная энциклопедия.
4. <http://festival.1september.ru/> - фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
5. <http://referats.allbest.ru/> - каталог рефератов