

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

**Предметная область**

**ПО.01. «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО»**

**Программа по учебному предмету  
ПО.01.УП.05 «РУССКИЙ ТАНЕЦ»**

Возраст детей: 8 – 14 лет

Срок реализации: 5 лет

**Г.о. Люберцы  
2026 год**

Педагогическим советом  
МУДО «ДХРШ» А.В. Шмелёва  
Протокол № 1  
«26» августа 2026 г.

Методическим Советом  
МУДО «ДХРШ» В.А. Шмелёва  
«26» августа 2026 г.

Директор МУДО «ДХРШ»  
Т.И. Тропина



Автор (составитель):  
Преподаватель высшей квалификационной категории – Пономарева Татьяна  
Константиновна

## **Структура программы учебного предмета**

**I. Пояснительная записка**

**II. Планируемые результаты освоения**

**III. Учебный план**

**IV. Календарный учебный график**

**V. Рабочие программы УП**

**VI. Система, критерии оценок**

**VII. Программа творческой, методической и просветительской деятельности**

# **I. Пояснительная записка.**

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

Русский танец – это самостоятельный вид хореографического искусства. Его изучение играет огромную роль в системе образования и воспитания учащихся. Развитие русского танца неотрывно связано со всей историей русского народа, его обычаями и бытом. Русский танец необыкновенно богат. Обладает большим разнообразием лексики, композиционных построений, форм и сюжетов. Так как предмет «Русский танец» входит в систему преподавания народного танца в школе, помимо усвоения нового национального лексического материала и овладения манерой исполнения танцев различных областей России, в задачи курса входит и работа над техникой методикой исполнения движений, и укрепление опорно-мышечного аппарата, и воспитание силы и выносливости, и работа над эмоциональной выразительностью.

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

Срок освоения программы учебного предмета составляет 5 лет по 8-летней образовательной программе в области «Хореографическое творчество». Для поступающих в образовательное учреждение, реализующее основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок обучения может быть увеличен на 1 год.

## **3. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** мелкогрупповые (4-10 учеников), рекомендуемая продолжительность урока - 40 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

## **4. Цель и задачи учебного предмета «Русский танец»:**

Цель:

Данная программа ставит своей целью дать широкое представление о русском танце, как о части культурного наследия нашего народа и привить любовь и уважение к русскому национальному хореографическому искусству. Посредством овладения богатым лексическим, структурным и эмоциональным материалом русского танца развивать исполнительные навыки учащихся, повышать уровень танцевального мастерства, а также укреплять их физическую форму.

Задачи:

1. Освоение школы сценического Русского народного танца: постановка рук, ног, корпуса; грамотное исполнение движений. Развитие технических навыков учащихся.
2. Ознакомление учащихся с основами русского народного танца, разнообразием областной танцевальной лексики, многообразием видов и форм Русского танца.
3. Овладение профессиональной терминологией.
4. Научить ориентироваться в музыкально-ритмическом материале (уметь просчитать движение способность «разложить» его под музыку)
5. Научить детей свободно ориентироваться в лексическом материале Русского народного танца и передавать стиль и манеру исполнения танцев различных областей России, а так же при необходимости импровизировать на заданную музыку. Работа над эмоциональной выразительностью.
6. Развить в детях умение работать в коллективе, ориентироваться в пространстве, понимать композиционное построение номера на площадке, чувствовать партнеров.
7. Развить в детях физическую силу и выносливость. Способность выдерживать большие и длительные физические нагрузки. Развить в них потребность поддерживать себя в хорошей физической форме.
8. Привить детям любовь к Русской национальной культуре путем глубокого погружения в танцевальное, музыкальное, песенное, прикладное искусство русского народа.
9. Выявить, поддержать и стимулировать одаренных детей для дальнейшего продолжения образования в области хореографического искусства. Создать для них возможность совершенствования и развития.

#### **5. Обоснование структуры программы учебного предмета «Русский танец»:**

Предмет «Русский танец» не является отдельной самостоятельной и независимой дисциплиной. Русский танец - неотъемлемая часть всей системы преподавания народно-сценического танца в школе, поэтому работа должна происходить в тесном взаимодействии с педагогами народного танца, мужского танца и предмета «постановка танца». Необходимо согласование методик преподавания, позиций, терминологии, необходимости более усиленной работы над теми или иными элементами в таком-то классе и т.д. Слаженная и однонаправленная работа всех

преподавателей приведёт к значительно более высоким результатам работы и не вызовет путаницы в сознании детей.

Программа содержит следующие разделы:

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

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел

## **6. Методы обучения**

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

- обучающий (объяснение, рассказ);
- демонстрационный (показ преподавателем)
- практический (непосредственное исполнение учащимися учебного материала)
  - копирование (заучивание нового материала с показа преподавателем)
  - репетиционный, индивидуальный (освоение методики исполнения, наработка технических навыков, воспитание выносливости)
  - репетиционный, групповой (выработка навыков работы в группе)
  - интегрированный (сочетание форм работы и подачи материала);
- словесный, аналитический (формулирование учащимися практических действий и методик исполнения)
- творческий (участие учащихся в творческих и постановочных процессах)

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

## **7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета:**

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

Учебные аудитории, предназначенные для реализации учебного предмета

«Русский танец», должна иметь пригодное для танца напольное покрытие, зеркала, звукотехническое оборудование для музыкального сопровождения занятий. Также необходима аудитория для просмотра учебного

## **II. Планируемые результаты освоения**

### 4класс

- знание порядка движений на уроке и элементов в комбинациях (согласно программе по предмету Русский танец)
- знание терминологии, используемой в народно-сценическом и Русском танце
- знание методики исполнения элементов
- грамотное исполнение движений, согласно методическим требованиям
- умение четко согласовывать свои с движения с музыкальным ритмом
- умение определять и удерживать свое место в танцевальном рисунке (круг, линии, диагональ, колонка, соблюдение интервалов)
- умение соблюдать требования безопасности при выполнении танцевальных движений
- умение преодолевать трудности (усталость, напряжение, утомление) при работе над сложной лексикой и номерами в целом, а также при подготовке к мероприятиям
- умение держать себя на публике

### 5класс

- знание терминологии, используемой в народно-сценическом и Русском танце
- знание порядка элементов в комбинациях (согласно программе по предмету Русский танец)
- знание музыкальной раскладки элементов в комбинациях
- знание методики исполнения движений
- грамотное исполнение движений, согласно методическим требованиям
- умение просчитать музыкальный материал и согласовать счет, музыку и движения
- умение отличить в музыке слабую и сильную доли и акцентировать движения на слабой доле
- умение определять и удерживать свое место в танцевальном рисунке
- умение слаженно взаимодействовать с партнером (партнершей) или партнерами при работе в парах, тройках
- максимальное приложение физических усилий для исполнения движений
- умение соблюдать требования безопасности при выполнении танцевальных движений
- умение преодолевать трудности (усталость, напряжение, утомление) при работе над сложной лексикой и номерами в целом, а также при подготовке к мероприятиям

- умение держать себя на публике

#### 6класс

- знание порядка элементов в комбинациях и движений в этюде (согласно программе по предмету Русский танец)
- знание музыкальной раскладки элементов в комбинациях
- знание методики исполнения движений
- знание терминологии, используемой в народно-сценическом и Русском танце
- умение ею оперировать и пользоваться
- умение теоретически объяснить методику исполнения движения
- грамотное исполнение движений, согласно методическим требованиям
- умение просчитать музыкальный материал и согласовать счет, музыку и движения
- выделять синкопу в музыке и движениях
- умение ориентироваться в движении в танцевальном рисунке
- умение слаженно взаимодействовать с партнером (партнершей) или партнерами при работе в парах, тройках
- максимальное приложение физических усилий для исполнения движений
- выработка навыка поддержания собственной физической формы. Самостоятельный разогрев опорно-двигательного и дыхательного аппаратов перед выступлениями
- умение соблюдать требования безопасности при выполнении танцевальных движений
- умение преодолевать трудности (усталость, напряжение, утомление) при работе над сложной лексикой и номерами в целом, а также при подготовке к мероприятиям, а также испытывать физическую и психологическую потребность в сложной работе и получать моральное удовлетворение от результатов тяжелой и продолжительной работы.
- умение выразить себя на сцене и на публике в целом. Свободно чувствовать себя в сценическом пространстве.

#### 7класс

- знание порядка элементов в комбинациях и движений в этюде (согласно программе по предмету Русский танец)
- умение быстро запоминать порядок движений- умение передавать манеру исполнения региональных особенностей
- знание терминологии, используемой в народно-сценическом и Русском танце
- умение ею оперировать и пользоваться
- умение передавать манеру исполнения региональных особенностей
- знание музыкальной раскладки элементов в комбинациях
- знание методики исполнения движений
- умение теоретически объяснить методику исполнения движения
- грамотное исполнение движений, согласно методическим требованиям
- умение просчитать музыкальный материал и согласовать счет, музыку и движения

- выделять синкопу в музыке и движениях
  - умение ориентироваться в движении в танцевальном рисунке
  - умение слаженно взаимодействовать с партнером (партнершей) или партнерами при работе в парах, тройках
  - максимальное приложение физических усилий для исполнения движений
- умение поддерживать собственную физическую форму. Самостоятельно разогревать опорно-двигательный и дыхательный аппараты перед выступлениями
- умение соблюдать требования безопасности при выполнении танцевальных движений
  - умение преодолевать трудности (усталость, напряжение, утомление) при работе над сложной лексикой и номерами в целом, а также при подготовке к мероприятиям, а также испытывать физическую и психологическую потребность в сложной работе и получать моральное удовлетворение от результатов тяжелой и продолжительной работы.
  - умение свободно чувствовать себя в сценическом пространстве и в рамках любых публичных выступлений. Умение импровизировать на материале русского народного танца.

### 8 класс

- знание порядка элементов в комбинациях и движений в этюде (согласно программе по предмету Русский танец)
- умение быстро запоминать порядок движений
- знание терминологии, используемой в народно-сценическом и Русском танце
- умение ею оперировать и пользоваться
- умение теоретически объяснить методику исполнения движения
- умение передавать манеру исполнения региональных особенностей
- знание музыкальной раскладки элементов в комбинациях
- знание методики исполнения движений
- грамотное исполнение движений, согласно методическим требованиям
- умение свободно ориентироваться в музыкально-ритмических, в т.ч. синкопированных рисунках
- умение ориентироваться в движении в сложных танцевальных рисунках и переходах
- умение слаженно взаимодействовать с партнером (партнершей) или партнерами при работе в парах, тройках, группах.
- максимальное приложение физических усилий для исполнения движений
- умение поддерживать собственную физическую форму. Самостоятельно разогревать опорно-двигательный и дыхательный аппараты перед выступлениями
- умение соблюдать требования безопасности при выполнении танцевальных движений
- умение преодолевать трудности (усталость, напряжение, утомление) при работе над сложной лексикой и номерами в целом, а также при подготовке к мероприятиям, а также испытывать физическую и психологическую потребность в сложной работе и

получать моральное удовлетворение от результатов тяжелой и продолжительной работы.

- умение свободно чувствовать себя в сценическом пространстве и в рамках любых публичных выступлений. Умение импровизировать в на материале русского народного танца.

### III. Учебный план

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Русский танец».

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои практические задачи, объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

| Классы                                                                                     | 4   | 5  | 6  | 7  | 8  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|----|----|----|
| Продолжительность учебных занятий (в неделях)                                              | 33  | 33 | 33 | 33 | 33 |
| Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)                                          | 1   | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Общее количество часов на аудиторные занятия                                               | 165 |    |    |    |    |
| Количество часов на самостоятельную работу в неделю                                        | -   | -  | -  | -  | -  |
| Общее количество часов на самостоятельную работу по годам                                  | -   | -  | -  | -  | -  |
| Общее количество часов на внеаудиторную (самостоятельную работу)                           | -   |    |    |    |    |
| Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные и самостоятельные)              | 1   | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные и самостоятельные) | 165 |    |    |    |    |
| Объём времени на консультации (по годам)                                                   | -   | -  | -  | -  | -  |
| Общий объём времени на консультации                                                        | -   |    |    |    |    |

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области хореографического искусства распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

#### IV. Календарно-учебный график

Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «История хореографического искусства», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:

| Классы                                                                                     | 4   | 5  | 6  | 7  | 8  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----|----|----|----|
| Продолжительность учебных занятий (в неделях)                                              | 33  | 33 | 33 | 33 | 33 |
| Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)                                          | 1   | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Общее количество часов на аудиторные занятия                                               | 165 |    |    |    |    |
| Количество часов на самостоятельную работу в неделю                                        | 1   | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Общее количество часов на самостоятельную работу по годам                                  | 33  | 33 | 33 | 33 | 33 |
| Общее количество часов на внеаудиторную (самостоятельную работу)                           | 165 |    |    |    |    |
| Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные и самостоятельные)              | 1   | 1  | 1  | 1  | 1  |
| Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные и самостоятельные) | 330 |    |    |    |    |
| Объём времени на консультации (по годам)                                                   | 2   | 2  | 2  | 2  | 2  |
| Общий объём времени на консультации                                                        | 10  |    |    |    |    |

| Классы | Аудиторные занятия, в том числе промежуточная аттестация в виде зачетов и контрольных уроков | Промежуточная аттестация (экзаменационная) | Резерв учебного времени | Итоговая аттестация | Каникулы | Всего |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------|---------------------|----------|-------|
| 4      | 33                                                                                           | 1                                          | 1                       |                     | 17       | 52    |
| 5      | 33                                                                                           | 1                                          | 1                       |                     | 17       | 52    |
| 6      | 33                                                                                           | 1                                          | 1                       |                     | 17       | 52    |
| 7      | 33                                                                                           | 1                                          | 1                       |                     | 17       | 52    |
| 8      | 33                                                                                           | -                                          | 1                       | 2                   | 4        | 40    |
| Итого  | 165                                                                                          | 4                                          | 5                       | 2                   | 72       | 248   |

## **V РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УП (4-й класс, первый год обучения)**

На первом году обучения основной задачей курса является освоение школы Русского народного сценического танца, постановка рук, ног, корпуса. Изучение основных позиций рук, ног. Развитие координации движений, чувства ритма, музыкального слуха. Большое внимание уделяется эмоциональности исполнения движений.

### **I. Разминка по кругу. Изучение основных ходов и основных элементов Русского народного танца в продвижении.**

1. Поклон
2. Положение рук в кулачках
3. Ходы русского народного танца
  - Простой
  - Переменный ход без переступания
  - Переменный ход с ударом в VI позиции
  - Переменный ход с каблука
  - «сибирский» ход с каблука
  - Кадрильный ход
  - «горошек»
  - Припадание по V позициям

4. Простой бег (с подниманием ног от колена назад)
  5. Бег с соскоком в VI позиции
  6. Двойные «молоточки»
- II. Постановка простейших комбинаций на общерусском лексическом материале.**
1. Позиции, открывание и закрывание рук
  2. «Моталочка»
  3. «Моталочка» в повороте
  4. «Моталочка» с соскоком
  5. «гармошка»
  6. «ковырялочка»
  7. Перескоки с выносом ноги на каблук
  8. «Косыночка» на вытянутой ноге
  9. «Гармошка» с работой рук
  10. «Веревочка» в чистом виде
  11. Припадание по V позиции в повороте на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга
- III. Работа над техникой исполнения мужских хлопущек и присядок**
1. Мужская присядка «Мячик» по VI и I позициям
  2. Мужская простейшая хлопущка с ударом по бедру сверху и по внешней стороне пятки
  3. Присядка с разведением ног в стороны на ребро каблука
  4. Присядка с выносом ноги на каблук
- IV. Работа над техникой исполнения дробных выстукиваний**
1. Простые переступания с ударами по VI позиции
  2. Шаг с ударом и подниманием ноги в продвижении
  3. Шаг-подскок
  4. Триоль
  5. Комбинация на их основе
  6. Ключ на переступаниях

### Распределение учебных часов

| №        | Наименование раздела                                                                                          | Вид учебног<br>о<br>занятия | Общий объем времени(в часах)            |                            |                           |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------|----------------------------|---------------------------|
|          |                                                                                                               |                             | Максимал<br>ьная<br>учебная<br>нагрузка | Самостоятел<br>ьная работа | Аудиторн<br>ые<br>занятия |
| <b>1</b> | Разминка по кругу.<br>Изучение основных ходов и основных элементов<br>Русского народного танца в продвижении. | практическ<br>ое            | <b>14</b>                               | <b>3</b>                   | <b>11</b>                 |

|          |                                                                        |              |           |                                 |           |
|----------|------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|---------------------------------|-----------|
| <b>2</b> | Постановка простейших комбинаций на общерусском лексическом материале. | практическое | <b>9</b>  |                                 | <b>9</b>  |
| <b>3</b> | Работа над техникой исполнения мужских хлопущек и присядок             | практическое | <b>8</b>  | <b>3</b>                        | <b>5</b>  |
| <b>4</b> | Работа над техникой исполнения дробных выстукиваний                    | практическое | <b>9</b>  |                                 | <b>9</b>  |
|          | <b>Всего</b>                                                           |              | <b>40</b> | <b>Девочки 3<br/>Мальчики 6</b> | <b>33</b> |

### **(5-й класс, второй год обучения)**

На втором году обучения необходимо продолжать работу над школой Русского народного танца. Разучиваются более сложные комбинации на координацию. Усложняются ритмические рисунки в дробных выстукиваниях и мужских хлопущках. В программу изучения включается такая форма как танец или этюд. Добавляется работа над пространственными композициями, движению по более сложным рисункам, чем круг или линии. Уделяется внимание положению в парах и взаимодействию партнеров.

#### **I. Разминка по кругу.**

1. Продолжение работы над пройденным материалом
2. Добавление работы рук во время исполнения ходов и бега

#### **II. Постановка комбинаций на общерусском материале для развития технических навыков учащихся. Работа над школой Русского народного танца.**

1. Комбинации «веревочек»
  - На различную долю такта
  - Сочетание простых и двойных «веревочек»
  - С «ковырялочкой»
  - С «косыночкой»
  - С ударом всей стопой в V позиции
2. Синкопированный перескок с выносом ноги на каблук

### **III. Дробные выстукивания**

1. Триоль с работой корпуса
2. Комбинации дробных выстукиваний
3. Дробный ключ (три вида)

### **IV. Вращения**

1. «Молоточки» в повороте
2. «бегунок»

### **V. Работа над техникой исполнения мужских хлопшек и присядок комбинация мужских хлопшек**

1. Присядка с широким разносом ног на ребро каблука
2. С открыванием ноги в сторону

### **VI. Этюд по выбору преподавателя на общерусском или областном материале по выбору преподавателя. Варианты из существующего репертуара:**

1. Веселая прогулка
2. Сибирские дразнилки
3. Ох уж эти валенки!
4. А у нас под лесом! (Калужская область)

### **Распределение учебных часов**

| <b>№</b> | <b>Наименование раздела</b>                                                                                                           | <b>Вид<br/>учебног<br/>о<br/>занятия</b> | <b>Общий объем времени(в часах)</b>           |                                    |                                    |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
|          |                                                                                                                                       |                                          | <b>Максималь<br/>ная учебная<br/>нагрузка</b> | <b>Самостоятель<br/>ная работа</b> | <b>Аудиторн<br/>ые<br/>занятия</b> |
| <b>1</b> | Разминка по кругу.                                                                                                                    | практическ<br>ое                         | <b>4</b>                                      |                                    | <b>4</b>                           |
| <b>2</b> | Постановка комбинаций на общерусском материале для развития технических навыков учащихся. Работа над школой Русского народного танца. | практическ<br>ое                         | <b>7</b>                                      |                                    | <b>7</b>                           |
| <b>3</b> | Работа над техникой исполнения мужских хлопшек и присядок                                                                             | практическ<br>ое                         | <b>6</b>                                      | <b>3ч. мальчики</b>                | <b>3</b>                           |



1. «Молоточки» в повороте по кругу
2. с дробным выстукиванием
3. с выносом ноги на каблук в сторону

#### **VI. Этюд по выбору преподавателя на материале одной из областей**

**России.** Возможные варианты для выбора из текущего репертуара:

1. Танец Сибирской области «Подгорная круговая»
2. Танец Курской области «Чибатуха»
3. «Нижегородский плетень»
4. Воронежская плясовая

### **Распределение учебных часов**

| <b>№</b> | <b>Наименование раздела</b>                                                                                                                        | <b>Вид учебног<br/>о<br/>заняти<br/>я</b> | <b>Общий объем времени(в часах)</b>           |                                    |                                    |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
|          |                                                                                                                                                    |                                           | <b>Максималь<br/>ная учебная<br/>нагрузка</b> | <b>Самостоятель<br/>ная работа</b> | <b>Аудиторн<br/>ые<br/>занятия</b> |
| <b>1</b> | Разминка по кругу.                                                                                                                                 | практичес<br>кое                          | <b>3</b>                                      |                                    | <b>3</b>                           |
| <b>2</b> | Постановка танцевальных комбинаций на общерусском материале для развития технических навыков учащихся. Работа над школой Русского народного танца. | практичес<br>кое                          | <b>10</b>                                     | <b>2</b>                           | <b>8</b>                           |
| <b>3</b> | Работа над техникой исполнения мужских хлопущек и присядок                                                                                         | практичес<br>кое                          | <b>6</b>                                      | <b>3ч. мальчики</b>                | <b>3</b>                           |
| <b>4</b> | Работа над техникой исполнения дробных выстукиваний                                                                                                | практичес<br>кое                          | <b>7</b>                                      |                                    | <b>7</b>                           |
| <b>5</b> | Работа над техникой исполнения вращений                                                                                                            | практичес<br>кое                          | <b>7</b>                                      | <b>3ч. девочки</b>                 | <b>4</b>                           |

|          |                                                                                                                                                                                |              |           |          |           |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------|----------|-----------|
| <b>6</b> | Танец или этюд по выбору преподавателя на материале одной из областей России.                                                                                                  | практическое |           |          |           |
|          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа над основными движениями и комбинациями танца</li> <li>• Работа над номером в внутри его непосредственной структуры</li> </ul> |              | 4         |          | 4         |
|          |                                                                                                                                                                                |              | 4         |          | 4         |
|          | <b>Всего</b>                                                                                                                                                                   |              | <b>41</b> | <b>8</b> | <b>33</b> |

### (7-й класс, четвертый год обучения)

На пятом году обучения значительно усложняются комбинации. Уровень подготовки учащихся позволяет разучивать сложные по технике исполнения и координации движения, а так же использовать в этюдах сложные переплетения рисунков. Увеличивается физическая нагрузка.

#### **I. Продолжение работы над пройденным материалом**

#### **II. Комбинации «веревочек»**

1. с фликом
2. с поворотами
3. с выстукиваниями
4. с «ножницами»

#### **III. Мужские движения**

1. Комбинация сложных мужских хлопущек
2. Мужские присядки в чистом виде и в сочетаниях с хлопущками
3. Комбинации в сочетании с трюковыми движениями

#### **IV. Комбинации дробных выстукиваний в сочетании с другими элементами**

#### **V. Вращения**

1. комбинация вращений с поворотом на каблуке.
2. С дробным выстукиванием

#### **VI. Этюд по выбору преподавателя на материале одной из областей**

**России.** Возможные варианты для выбора из текущего репертуара:

1. Танец Курской области «Тимоня»
2. Танец Донских казаков «Ты Россия»

### Распределение учебных часов

| №        | Наименование<br>раздела                                                                                                                                                                                                                                       | Вид<br>учебног<br>о<br>занятия | Общий объем времени(в часах)         |                            |                           |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|---------------------------|
|          |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                | Максимальн<br>ая учебная<br>нагрузка | Самостоятельн<br>ая работа | Аудиторн<br>ые<br>занятия |
| <b>1</b> | Разминка по кругу.                                                                                                                                                                                                                                            | практическ<br>ое               | <b>3</b>                             |                            | <b>3</b>                  |
| <b>2</b> | Постановка танцевальных комбинаций на общерусском материале для развития технических навыков учащихся. Работа над школой Русского народного танца.                                                                                                            | практическ<br>ое               | <b>10</b>                            | <b>2</b>                   | <b>8</b>                  |
| <b>3</b> | Работа над техникой исполнения мужских хлопущек и присядок                                                                                                                                                                                                    | практическ<br>ое               | <b>6</b>                             | <b>3ч. мальчики</b>        | <b>3</b>                  |
| <b>4</b> | Работа над техникой исполнения дробных выстукиваний                                                                                                                                                                                                           | практическ<br>ое               | <b>7</b>                             |                            | <b>7</b>                  |
| <b>5</b> | Работа над техникой исполнения вращений                                                                                                                                                                                                                       | практическ<br>ое               | <b>7</b>                             | <b>3ч. девочки</b>         | <b>4</b>                  |
| <b>6</b> | Танец или этюд по выбору преподавателя на материале одной из областей России.<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>Работа над основными движениями и комбинациями танца</li> <li>Работа над номером внутри его непосредственной структуры</li> </ul> | практическ<br>ое               | <b>4</b>                             |                            | <b>4</b>                  |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                | <b>4</b>                             |                            | <b>4</b>                  |
|          | <b>Всего</b>                                                                                                                                                                                                                                                  |                                | <b>41</b>                            | <b>8</b>                   | <b>33</b>                 |

## **(8-й класс, пятый год обучения)**

На шестом году обучения необходимо продолжать работу над грамотностью и техникой исполнения движений. Надо акцентировать внимание на эмоциональности и артистичности танцующих. Следует активизировать работу над манерой исполнения областного материала.

### **I. Продолжение работы над пройденным материалом**

### **II. Постановка танцевальных комбинаций на общерусском материале**

#### **1. Комбинации «веревочек»**

- с ковырялочкой в продвижении
- с поворотом
- На материале мужского танца с хлопушкой

#### **2. Подбивки, комбинации подбивок с переступаниями**

### **III. Комбинации хлопушек с поворотами и трюковыми элементами**

### **IV. Комбинации дробных выстукиваний**

1. в быстром темпе
2. со сменой ракурсов
3. с вращениями

### **V. Вращения**

1. «блинчики»
2. «козлик»
3. Комбинация вращений с предыдущими элементами.
4. С «моталочкой» и дробью

**VI.Этюд по выбору преподавателя на материале одной из областей России.** Возможные варианты для выбора из текущего репертуара:

1. Рязанская плясовая
2. Орловская Матаня
3. Брянские переплясы
4. Танец Рязанской области «Возле ре

## **Распределение учебных часов**

|  |  |  |                                     |
|--|--|--|-------------------------------------|
|  |  |  | <b>Общий объем времени(в часах)</b> |
|--|--|--|-------------------------------------|

| <b>№</b> | <b>Наименование<br/>раздела</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Вид<br/>учебног<br/>о<br/>занятия</b> | <b>Максимальн<br/>ая учебная<br/>нагрузка</b> | <b>Самостоятельн<br/>ая работа</b> | <b>Аудиторн<br/>ые<br/>занятия</b> |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| <b>1</b> | Разминка по кругу.                                                                                                                                                                                                                                                  | практическ<br>ое                         | <b>3</b>                                      |                                    | <b>3</b>                           |
| <b>2</b> | Постановка танцевальных комбинаций на общерусском материале для развития технических навыков учащихся. Работа над школой Русского народного танца.                                                                                                                  | практическ<br>ое                         | <b>10</b>                                     | <b>2</b>                           | <b>8</b>                           |
| <b>3</b> | Работа над техникой исполнения мужских хлопущек и присядок                                                                                                                                                                                                          | практическ<br>ое                         | <b>6</b>                                      | <b>3ч. мальчики</b>                | <b>3</b>                           |
| <b>4</b> | Работа над техникой исполнения дробных выстукиваний                                                                                                                                                                                                                 | практическ<br>ое                         | <b>7</b>                                      |                                    | <b>7</b>                           |
| <b>5</b> | Работа над техникой исполнения вращений                                                                                                                                                                                                                             | практическ<br>ое                         | <b>7</b>                                      | <b>3ч. девочки</b>                 | <b>4</b>                           |
| <b>6</b> | Танец или этюд по выбору преподавателя на материале одной из областей России.<br><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа над основными движениями и комбинациями танца</li> <li>• Работа над номером в внутри его непосредственной структуры</li> </ul> | практическ<br>ое                         | <b>4</b><br><br><b>4</b>                      |                                    | <b>4</b><br><br><b>4</b>           |
|          | <b>Всего</b>                                                                                                                                                                                                                                                        |                                          | <b>41</b>                                     | <b>8</b>                           | <b>33</b>                          |

## **VI ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК**

### Формы аттестации:

Для подведения итогов работы в конце каждой четверти проводятся контрольные уроки в присутствии других преподавателей и родителей, с выставлением оценок. В течение учебного процесса могут быть отдельные контрольные сдачи комбинаций и теоретические опросы так же с выставлением оценок. В конце восьмого класса проводится дифференцированный зачет. Хорошим показателем результативности работы является участие в смотрах, конкурсах и фестивалях различного уровня.

*Форму и график* проведения промежуточной аттестации по предмету образовательное учреждение устанавливает самостоятельно

### *График промежуточной и итоговой аттестации*

| Класс     | Вид, форма и время проведения аттестации |           |                  |
|-----------|------------------------------------------|-----------|------------------|
|           | Промежуточная                            |           | Итоговая         |
|           | Форма проведения                         | Полугодие | Год              |
| 4 (1 год) | Контрольный урок                         | -         | Контрольный урок |
| 5 (2 год) | Контрольный урок                         | -         | Контрольный урок |
| 6 (3 год) | Контрольный урок                         | -         | Контрольный урок |
| 7 (4 год) | Контрольный урок                         | -         | Контрольный урок |
| 8 (5 год) | зачет                                    | -         | зачет            |

По завершении изучения учебного предмета обучающимся выставляется оценка, которая заносится в личное дело учащегося.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются ОУ на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме дифференцированного зачета

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

### *Критерии оценки*

На контрольном уроке или зачете выставляется оценка по пятибалльной шкале:

| Оценка                  | Критерии оценивания ответов                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5 («отлично»)           | <p>Полноценное владение лексическим материалом</p> <p>Методическая грамотность в исполнении движений.</p> <p>Полная согласованность движений с музыкальным сопровождением</p> <p>Максимальное приложение физических и эмоциональных усилий</p>                                                                     |
| 4 («хорошо»)            | <p>Выставляется при допущении ошибок в знании комбинаций и этюдного материала,</p> <p>Недочетов в методике исполнения.</p> <p>Допускается недостаточная музыкальность исполнения</p>                                                                                                                               |
| 3 («удовлетворительно») | <p>Максимальное приложение физических и эмоциональных усилий для работы, что неизбежно приводит к:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• плохому знанию материала</li> <li>• методическим неточностям</li> <li>• физической неспособности к качественному исполнению сложных и темповых движений</li> </ul> |

Согласно ФГТ, данная система оценки является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

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

**VII Программа творческой, методической и просветительской деятельности образовательных организаций.**

**Методические рекомендации педагогическим работникам**

В программу урока по предмету «Русский танец» входят изучение отдельных танцевальных элементов и комбинаций, положений и движений в парах, а так же создание этюдов и танцев на фольклорном материале различных областей России.

Перед началом изучения материала той или иной области с учащимися проводится ознакомительная беседа.

Первые два года на уроках русского танца с детьми необходимо проводить работу над основными движениями русского народно-сценического танца: ходы русского танца (простой, переменный, академический, кадрильный, с каблук и т.д.), бег, «молоточки», «ковырялочки», подготовка к «веревочке» и «веревочка», «моталочка» на месте и в повороте, перескоки с ноги на ногу с выносом ноги на каблук (прямые и синкопированные) и др. Необходимо выучить и технически отработать основной набор элементов русского танца, который в дальнейшем будет использоваться в сложных комбинациях и танцах, усложняться поворотами и различными движениями рук. На втором году обучения русскому танцу можно начинать координировать движения с работой рук, разворотами корпуса (противоход), работой плеч.

На втором году обучения даются небольшие комбинации с продвижением в простых рисунках, используются проходки в линиях, кругах, смена ракурсов. В основном уделяется время постановке рук, технике исполнения «веревочек», дробных выстукиваний.

Огромное внимание на первых годах обучения необходимо уделять эмоциональной выразительности. В дальнейшем дети должны будут учиться передавать различную манеру исполнения танцев разных регионов России. Умению передавать разнообразные эмоциональные состояния необходимо учить одновременно с первыми шагами. Знакомство с областными особенностями минимально и осуществляется на примере простых небольших комбинаций.

Большое внимание необходимо уделить постановке рук. Положение рук на поясе на уроке русского танца – в кулачках. Это положение на первом году обучения предмету является для детей новым. До этого в начальной школе для грамотной постановки корпуса и рук учащиеся держали руки на поясе ладошкой. От длительного держания рук в кулачках у детей поначалу даже болят пальцы, и приходится их иногда разминать. Для того чтобы акцентировать внимание детей на удержании рук в кулачках можно первые полгода - год *preparation* делать таким образом: на «раз» - поднять руки перед собой на ширине и чуть выше плеч ладонями вперёд, пальцы выпрямлены и напряжены, четыре пальца вместе, большой в стороне; на «два» - сильно сжать четыре пальца, на «три» - прижать

сверху большой палец, на «четыре» - поставить кулачки на талию. Надо внимательно следить за положением рук: локти отклоняются назад, запястья «ломаются» или «проваливаются», кулачки то и дело разжимаются и сползают. Работать над открыванием и закрыванием рук необходимо и просто стоя в I или V позициях и, чуть позже, сочетая как с быстрыми, так и с медленными движениями (шаги, «гармошка», соскоки и т.п.)

Огромное внимание необходимо уделять работе над plie, т.к. это одно из основных положений в большинстве элементов русского танца. Сильное и мягкое plie - залог грамотного исполнения движений. Для работы над развитием хорошего plie самое подходящее упражнение – «верёвочка». Она способствует также развитию выворотности, силы ног (от стопы до паха), и очень активно включает в работу ягодичные мышцы, а также большая нагрузка ложится на мышцы спины. В «верёвочке» задействованы почти все группы мышц, необходимые для работы на предметах народный танец и русский танец. Это упражнение отлично готовит тело для исполнения сложных элементов и композиций. В сочетании с работой рук и другими элементами исполнение «верёвочки» способствует развитию координации движений и танцевальности. Она является одним из основных движений комплекса упражнений на сечине зала на уроках русского танца.

«Верёвочку» можно сочетать с большим количеством самых разнообразных элементов. На первом году обучения можно ограничиться изучением «косыночки» и «верёвочки» в чисто виде. На втором году можно начинать их сочетать. Хорошо для проработки plie «косыночку» делать на вытянутых коленях и без полупальцев, и тогда в течение комбинации будет необходимость чередовать plie и прямые колени, а так же подъем на полупальцы и спуск с них.

Необходимо сочетать в комбинациях «верёвочки», исполняющиеся на различные доли такта (стопа рабочей ноги поднимается вверх либо на сильную, либо на слабую долю такта). В комбинациях «верёвочек» можно использовать различные удары по V и II позициям, «ковырялочки», выносы ноги на каблук в сторону и вперед, соскоки на все стопу, полупальцы или каблуки по II или V позициям, различные переступания, «молоточки» по V позиции. В старших классах можно добавлять флики, «ножницы», вращения и другие более сложные элементы. «Верёвочку» можно делать на материале мужского русского танца с использованием хлопущек и присядок и т.д.

Одним из основных движений в народной, в частности русской хореографии являются дробные выстукивания. Для исполнения дробей необходимо приложение большой мышечной силы. Для этого надо длительный период времени работать над

вспомогательными дробными движениями, такими как шаг – подскок, одинарный и двойной удары в пол всей стопой одной ноги с подскоком на другой и т.д. Несколько очень важных моментов, над которыми надо работать во время исполнения дробных выстукиваний как в начале обучения, так и во все последующие годы.

- Во-первых, это высокое поднятие ноги. Особенно за этим надо следить в начальной стадии обучения. Бедро должно быть параллельно полу, а стопа рабочей ноги должна находиться у колена опорной. Это важно, чтобы впоследствии, при исполнении мелких дробей на большой скорости у танцующего не «сжимались» колени. Зжатые колени лишат возможности исполнить дробь легко, свободно и чётко исполнить ритмический рисунок выстукивания. Ещё одна ошибка, с которой необходимо бороться на начальных стадиях работы над дробями, пока комбинации достаточно легкие и исполняются в медленном темпе – это «забрасывание» пяток назад. К этому приводит недостаточное внимание к высокому подъему рабочей ноги во время исполнения дробей.

- Второй важный момент, над которым надо работать в течение всех лет обучения, это опять же plie. Все дробные выстукивания исполняются только на plie. Несоблюдение этого правила приводит к некачественному исполнению дробей. Учащиеся не в силах воспроизвести ритмический рисунок, т.к. на прямых коленях в работу не включаются все необходимые группы мышц. Это первое, и второе – исполнение выстукиваний на прямых ногах может нанести реальный вред здоровью учеников.

- Так же играет огромную роль непосредственно удар ногой об пол, что и является сутью выстукивания. Удар должен производиться всей нижней поверхностью стопы, а не носком или каблуком (исключения составляют дробные элементы, которые непосредственно заключаются в переносе стопы с каблука на носок: «трилистник», «горошек», выносы ноги на каблук и т.п.). Только при таком ударе звук будет звонким, ясным и четким.

- Следующим немаловажным фактором при работе над дробями, является подскок на опорной ноге. Делается он на всей стопе и исполняется с ударом. Подскок на опорной ноге ни в коем случае не должен сопровождаться прыжком и вытягиванием коленей. Вообще подскок на опорной ноге является очень важной частью дробного выстукивания и его необходимо хорошо прорабатывать. Звук, исходящий от удара опорной ногой - это часть ритмического рисунка, и, когда дробь исполняется недостаточно четко или расслаблено, опорная нога начинает «шаркать» и ритмический рисунок теряется.

Следующая обязательная область работы – это вращения. Работа над вращениями ведется в течение всего периода обучения со всеми классами. Начинается изучение с простых поворотов на полупальцах с удержанием точки, затем подскоки в повороте, «молоточки» в повороте, и дальше уже идут «блинчики», «бегунок», по диагонали и по кругу, «поджатые» прыжки в повороте. Когда простые вращения (один элемент в повороте) освоены, постановка корпуса, головы и рук наработаны, можно приступать к изучению комбинаций с переступаниями, выносом ноги на каблук, поворотами на каблучках, различными перескоками добавлением drobных выстукиваний и других элементов.

Отдельно ведется работа над мужскими движениями. Во время исполнения хлопушек самая большая проблема у мальчиков – это положение и движение рук. Кисть хлопающей руки должна быть напряжена, пальцы вытянуты и собраны. Очень важно следить за тем, чтобы руки во время движения в хлопушках не «игнорировали» основные позиции рук. Когда внимание сосредоточено на хлопающей руке, вторая рука теряет позицию (обвисает), особенно, если в хлопушках используются наклоны и выпады.

Главные задачи при работе с хлопушками: работать над постановкой корпуса и рук, вырабатывать силу удара, следить за тем, чтобы были вытянуты стопы, (если комбинация не требует обратного).

И вторая важная группа мужских движений, над которыми необходимо активно работать – это присядки. Работать над присядками с мальчиками надо начинать с первого урока. И на каждом уроке необходимо уделять время для работы над ними. Начинать надо с обыкновенного «мячика» по VI и по I позициям, следя за положением спины и стоп, постепенно переходя к различным вариациям присядок. В дальнейшем присядки исполняются с различными положениями и движениями рук, добавляются разнообразные выпады, открывания ног и развороты. Когда техника исполнения присядок доведена до автоматизма, их можно включать в более развернутые мужские комбинации.

Ещё одна важная задача, которую необходимо решить на начальных стадиях обучения русскому танцу – это работа над синкопами. Мелодии и ритмы в русской музыке необычайно разнообразны, много сложных ритмических рисунков, которые находят своё отражение и в хореографии. В русском танце синкопированные движения используются повсеместно и очень часто, поэтому учить детей слышать слабую долю и акцентировать её отдельными движениями (шаг, удар, соскок, хлопок и т. д.) надо с самого первого урока. Начинать надо с простых хлопков, ударов

ногами на различные доли такта, чтобы заставить детей прислушаться к музыкальной структуре танцев различных областей России.

Начиная с третьего года обучения, не прекращая работу над техникой исполнения движений и эмоциональной выразительностью, начинается работа над областным материалом в этюдной форме. Обращается внимание учеников на тонкости характеров исполнения.

**Рекомендации по использованию методов организации и реализации образовательного процесса, направленных на обеспечение теоретической и практической подготовки;**

При подборе и постановке этюдов и номеров необходимо учитывать технический уровень учащихся, эмоциональную раскрываемость. Важно следить, чтобы один класс каждый год получал разнообразный областной лексический материал, чтобы дети могли максимально с разнообразием русской танцевальной культуры.

Так же очень важно, какие формы русского танца предлагаются для изучения в том или ином классе. В начальный период обучения это должны быть в основном пляски и переплясы. Они наиболее соответствуют детям раннего школьного возраста. Кадрили, где основой танца являются взаимоотношения парней и девушек можно изучать в более поздний период обучения, или, если давать младшим школьникам, то акцентировать постановку на лексике, перестроениях и положениях в парах. Хороводы, несмотря на то, что это самый распространенный вид русского танца, лучше изучать в старших классах, потому что это и самый сложный вид русского танца. Для его исполнения дети должны уметь идеально держать корпус, должна быть выработана сила стопы, необходима хорошая координация: при достаточно сильно зажатом корпусе нужна хорошая подвижность, эластичность и плавность в движениях рук и головы; а также необходима очень хорошо развитая ориентация в пространстве для соблюдения сложных рисунков большим количеством танцующих. И в эмоциональном плане в хороводе требуются полутона, которые достаточно сложны в исполнении и становятся доступны учащимся в более старшем возрасте. Но готовить к исполнению хороводов необходимо уже с первых занятий, включая в урок проходки и комбинации, основанные на лирических ходах и движениях.

Каждый урок должен включать в себя набор движений для работы над всем спектром необходимых учащимся навыков. Это и методика, и техника исполнения движений, точность позиций, укрепление опорно- мышечного аппарата, развитие

координации и ориентации в пространстве, знакомство с новым фольклорным материалом, работа над манерой исполнения и эмоциональной выразительностью и т. д.

Для более успешного усвоения преподносимого материала необходимо использовать различные методы и приёмы. Прежде всего – это разнообразие построения уроков с целью вызвать повышенный интерес к предмету. Монотонность и однообразие урока не принесут ничего, кроме скуки и усталости, а дети могут быстро потерять интерес к занятиям. Не следует во время урока выстраивать учеников только в ровные горизонтальные линии, хотя это тоже необходимо и даже неизбежно. Невыносимо долго стоять на одном месте. Упражнения в линиях и на одном месте лучше сочетать или чередовать, используя всё пространство зала, для построения рисунков.

Нежелательно слишком много времени уделять одному и тому же движению, дети от этого очень быстро утомляются. Даже, если что то и не усвоено ими, можно продолжить его изучение на последующих уроках. Если педагог при разучивании какого-либо движения почувствует, что оно вызывает большие затруднения в исполнении, он тут же по ходу работы, может перестроиться, упростив это упражнение или изучив с детьми его отдельные элементы.

В ходе выполнения упражнения педагог должен по возможности давать образные объяснения, всё время подыскивая точные сравнения с явлениями природы, чувствами человека, его поведением и действиями в обычной жизни. Иными словами учитель должен искать различные эффективные пути преподнесения разучиваемого материала, при этом постоянно поддерживая у детей интерес и стремление к обучению. Урок должен приносить детям радость, иначе он теряет половину своей ценности.

### **Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**

В процессе работы очень эффективно периодически прибегать к самостоятельным способам обучения. Очень хорошо работает и ускоряет процесс заучивания нового материала самостоятельный разбор только что выученной комбинации с левой ноги. Или задания помочь в изучении знакомого материала тем, кто младше, или тем, кто вышел с больничного. Вплоть до самостоятельного разведения номера на младший состав.

Подобное доверие ответственности за общее дело или за других, во-первых, повышает качество знания самого помогающего, во-вторых повышает его самооценку, в третьих стимулирует мотивацию к дальнейшему росту.

### **Список основной литературы**

1. Устинова Л.А. Русский танец. Программа для хореографических специализаций вузов культуры и искусств. – М. 2008г.
2. Гвоздева Т. Н. Русский народный танец и методика его преподавания. Программа курса. – М.2003
3. Климов А. Основы русского народного танца. – М.1994г.
4. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. – Орёл 1999г.
5. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. – Орёл 2004г.
6. Богданов Г. Урок русского народного танца. – М 1995г.

### **Список дополнительной литературы**

7. Комаров.Е. Душа русского танца. – Тверь. 2007г.
8. Устинова Т.А. Фольклорные танцы Тверской земли. – Тверь. 2002г.
9. Захаров В.М. Поэтика русского танца. I том. – М. 2004г.
10. Захаров В.М. Поэтика русского танца. II том. – М. 2004г.
11. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. – М. 1996г.
12. Устинова Л.А. Лексика русского танца. – М 2006г.
13. Устинова Т.А. Русские танцы. – М. 1954г.
14. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. – Самара 1992г.
15. Уральская В.И. Поиски и решения. Танец в русском хоре. – М. 1973г.
16. Уральская В.И. Народная хореография. – М 1972г.
17. Танцы народов СССР. Составитель Л. Богаткова. – М.1951г.
18. Русский традиционный костюм: иллюстрированная энциклопедия. – СПб 2001г.
19. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика. Учебное пособие. – СПб. 2006г.
20. Русский народ, его обычаи, придания, обряды, собранные М.Забылиным. – М.2003г.
21. Борзов А.А. Народно-сценический танец. Программа для хореографических училищ по специальности «Артист балета». – М. 2004г.

**Список рекомендуемых для просмотра балетов и хореографических номеров**

Рекомендованы к просмотру концерты профессиональных коллективов:

1. Государственный академический русский народный хор им. М. Е. **Пятницкого**
2. Государственный академический хореографический ансамбль **Березка** имени Н. С. Надеждиной
3. **Кубанский казачий хор**
4. Государственный академический **Северный русский народный хор**
5. **Рязанский** Государственный академический русский народный **хор** им. Е.Г. Попова
6. ГБУК НСО Государственный академический **Сибирский** русский народный хор
7. Государственный **Омский** русский народный хор
8. Государственный театр танца «**Казака России**» (г.Липецк)
9. Государственный казачий ансамбль песни и танца "**Ставрополье**"
10. Государственный академический ансамбль песни и пляски **Донских казаков** имени Анатолия Квасова