**НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

**Пояснительная записка**

Значительные возможности для приобщения учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества предоставляет хореографическое образование и, в частности, народно-сценический танец, который является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин, неотъемлемой частью начального образования.

Народный танец возник в глубокой древности. Дошедшие до нас образцы народных танцев изумляют своей яркостью, образностью, неповторимым национальным колоритом и, по сути, являются отражением истории того или иного народа, условий его жизни.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох столь же необходимо, как изучение всемирной истории и этапов развития мировой художественной культуры, ибо каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата (развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа), даёт возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяет и обогащает их исполнительские возможности.

**Направленность программы – художественно-эстетическая**

Образовательная программа по предмету «Народно-сценический танец» имеет художественно-эстетическую направленность. Танец, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

**Вид образовательной программы – модифицированная**

Предлагаемая образовательная программа имеет тип модифицированной.

Программа сориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве народного танца.

 **Цель программы**

 Духовное и физическое воспитание детей на основе овладения ими основами хореографического мастерства, раскрытие индивидуальных возможностей ребёнка (учащегося), максимальная реализация творческих способностей детей.

Для достижения этих целей необходима реализация следующих задач:

**Обучающие задачи**

- Ознакомление учащегося с характером, стилем и манерой народных танцев СНГ, а также стран ближнего зарубежья.

- Изучение русских народных традиций и обычаев, устного и музыкально- песенного народного творчества, истории народа и его костюма.

- Изучение областных (Ленинградской области и других) особенностей русского народного танца.

**Развивающие задачи**

- Совершенствовать координацию движения, чувства ритма и музыкальности учащегося.

- Укрепить мышечный аппарат (развитие тех группы мыщц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа).

- Развить эмоциональную выразительность исполнения и умение точно передать национальный стиль и манеру народного танца.

- Развить национальное самосознание.

**Воспитательные задачи**

- Сформировать художественный вкус.

- Воспитать инициативность, любознательность, самостоятельность.

- Научить работать сообща, помогать друг другу.

- Привить желание учиться, готовность к образованию и самообразованию.

**Отличительные особенности программы.**

Своеобразие условий работы хореографического отделения заставляет изменить традиционный, сложившийся в профессиональном хореографическом образовании подход к порядку прохождения материала.

Ограниченность физических данных большинства учащихся заставляет проявлять большую осторожность при выборе репертуара, построенного на основе классического танца, и опираться в большей степени на народный.

В процессе преподавания применяется дифференцированный подход к детям с учётом их физических данных и способности к восприятию предлагаемого материала. Имеет большое значение и отдельное обучение по группам девочек и мальчиков.

Первый год обучения народно-сценическому танцу не предусматривает прохождение танцевальных элементов у станка. Занятия начинаются на середине зала с освоения элементов народного танца в тех формах и с той степенью технических сложностей и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны учащимся. Преподаватель может увеличить или уменьшить объём и степень технической сложности материала в зависимости от состава класса и конкретных условий работы.

На протяжении всего курса изучения предмета «народно-сценический» танец учащиеся знакомятся с лексикой русского народного танца, а последние два года акцентируется внимание на изучении самобытных особенностей русского танца Ленинградской области, в частности Лодейнопольского района.

**Возраст детей**

К изучению предмета «Народно-сценический танец» учащиеся хореографического отдела приступают в 3 классе школы искусств (возраст 8 лет) и завершают в 7 классе (возраст 13-14 лет).

**Сроки реализации программы**

Данная образовательная программа рассчитана на 5 лет обучения.

В разделах программы помещены сведения о задачах каждого года обучения, принципах их использования предлагаемого материала.

**Формы и режим занятий**

Форма организации деятельности учащихся на занятии, в соответствии с учебным планом – групповая, индивидуальная.

Продолжительность урока на первом году обучения – 2 академических часа, на каждом последующем – 3 академических часа один раз в неделю.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Первый год обучения**

Таблица № 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| теория | практика | теория | практика |
| 1 | Подготовительная часть (разминка) | 0,5 часа | 0,25 часа | 3 часа | 8,5 часов |
| 2 | Основная часть (танцевальные элементы) |  | 1 час | 7 часов | 34 часа |
| 3 | Композиционное построение этюдов |  | 0,25 часа | 7 часов | 8,5 часов |
|  | Всего часов | 0,5 часа  | 1,5 часа | 17 часов | 51час |

 **ИТОГО: 68 часов в год**

Таблица № 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Теория | Практика |
| **1.**1.11.21.31.41.5 | **Разминка**Позиции ногПозиции рукПоклонШаги, галоп, подскокиУпражнения со скакалкой | **3 часа**0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.1 ч.0,5 ч. | **8,5 часов**1,5 ч.2 ч.1 ч.2 ч.2 ч. |
| **2.**2.12.22.32.4  2.5 | **Танцевальные элементы** Русский народный танец: ходы, шаги, танцевальный бег, «гармошка», «ёлочка», припадание, «ковырялочка», хлопки, притопы, присядки.Литовский народный танец:шаги, перескоки с ноги на ногу, прыжки, прыжки с перекрещенными ногами, прыжки с выбрасыванием ноги в сторону, прыжки с поджатыми ногами.Эстонский народный танец:лёгкий бег, шаг с подскоком, полька (4 вида), галоп, шаг вальса с каблука, «ножницы».Латышский народный танец:шаги, подскоки, галоп, тройной притоп, шаг с двумя подскоками, полька простая, полька галопная, полька с подскоком на обеих ногах.Движения польки | **7 часов**2 ч.1 ч.2 ч.1 ч.1 ч. | **34 часа**10 ч.6,5ч.7 ч.6,5 ч. 4 ч. |
| **3.**3.13.23.33.4 | **Композиционное построение этюдов**Композиция русского танцаКомпозиция литовского танцаКомпозиция эстонского танцаКомпозиция латышского танца**Всего часов:** | **7 часов**2 ч.1,5ч.2 ч.1,5ч.**17 ч.** | **8,5 часов**2,5 ч2 ч.2 ч.2 ч.**51 ч.** |

**ИТОГО: 68 часов в год**

**Второй год обучения**

Таблица № 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| теория | практика | теория | практика |
| 1 | Упражнения у станка | 0,5часа | 1 час | 8 часов | 34 часа |
| 2 | Занятия на середине |  | 1 час | 5 часов | 34 часа |
| 3 | Композиционное построение этюдов |  | 0,5часа | 4 часа | 17 часов |
|  | Всего часов | 0,5 часа | 2,5 часа | 17 часов | 85 часов |

 **ИТОГО: 102 часа в год**

Таблица № 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Теория | Практика |
| **1.**1.11.21.31.41.51.61.71.81.91.101.111.12 | **Упражнения у станка** Переводы ног из позиции в позициюПриседанияУпражнения на развитие стопы Маленькие броски Подготовка к «верёвочке»Опускание на коленоКруговые движения ногойВыстукиванияПодъём на полупальцахПерегибы и наклоны корпусаПодготовка к присядкеРастяжка  | **8 часов**0,5 ч.0,5 ч.1 ч.1 ч.0,5 ч.0,5 ч.1 ч.1 ч.0,5 ч0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч. | **34 часа**2 ч.3 ч.3 ч.3 ч.3 ч.2 ч.3 ч.3 ч.2 ч.3 ч.3 ч.4 ч. |
| **2.**2.12.22.32.42.52.6 | **Занятия на середине**Упражнения для корпусаПостановка рукПодготовка к вращениюЭлементы русского народного танца:движение рук с платком, танцевальные шаги, боковое припадание, перескоки, «ковырялочка», дробные движения, присядка, хлопки и хлопушки, прыжки , верчение, повороты на месте.Элементы белорусского народного танца:Притопы, подскоки, основной ход «Крыжачка», присядка, поочерёдные выбрасывания ног на каблук, тройные притопы, тройные подскоки.Элементы украинского народного танца:Поклоны, притоп, «верёвочка», припадания, «ковырялочка», «бигунец». | **5 часов**0,5 ч.1 ч.0,5 ч.1 ч.1 ч.1 ч. | **34 часа**3 ч.4 ч.3ч.8 ч.8 ч.8 ч. |
| **3.**3.13.23.33.4 | **Композиционное построение этюдов**Композиция русского танца (лирический)Композиция русского танца (хор. пляска)Композиция белорусского танца Композиция украинского танца **Всего часов:** | **4 часа**1 ч.1 ч.1 ч.1 ч.**17 ч.** | **17 часов**4 ч.4 ч.4 ч.5 ч.**85 ч.** |

**ИТОГО: 102 часа в год**

**Третий год обучения**

Таблица № 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| теория | практика | теория | практика |
| 1 | Упражнения у станка | 0,5 часа | 1 час | 8 часов | 34 часов |
| 2 | Занятия на середине |  | 1 час | 5 часов | 34 часа |
| 3 | Композиционное построение этюдов |  | 0,5 часа | 4 часа | 17 часов |
|  | Всего часов | 0,5 часа | 2,5 часа | 17 часов | 85 часов |

 **ИТОГО: 102 часа в год**

Таблица № 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Теория | Практика |
| **1.**1.11.21.31.41.51.61.71.81.91.101.111.121.131.14 | **Упражнения у станка**Движение руки (preparation)ПриседанияУпражнения на развитие подвижности стопыМаленькие броскиКруговые движения ногой по полу или по воздухуПодготовка к «верёвочке»Дробные выстукиванияУпражнения с ненапряжённой стопой«Зигзаги», подготовка к «штопору», «штопор»ПоворотыРаскрывание ноги на 90 градусовБольшие броскиРастяжкаПрисядки | **8 часов**1 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.1 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч. | **34 часа**3 ч.2 ч.2 ч.2 ч.2 ч.2 ч.3 ч.2 ч.2 ч.2 ч.3 ч.3 ч.3 ч.3 ч. |
| **2.**2.12.22.32.4 | **Занятия на середине**Элементы русского народного танца:Боковые перескоки, боковой шаг, шаг на ребро каблука, дробный ключ, дробная дорожка, «маятник», «моталочка», подбивка, «голубец», «молоточки», хлопушки, присядки, прыжки, вращения.Элементы белорусского народного танца:Основной шаг «Лявонихи», присядка с подтягиванием ноги, переступание с каблука на носок, галоп, скользящее движение с поворотом и притопом.Элементы гуцульского народного танца:Ход с акцентом, дорожка, плетёная дорожка, боковой шаг, прыжки с выбиванием, «чёсонка», повороты в паре, присядка «гайдук-круч», «сверло».Элементы украинского народного танца:Ходы, «верёвочка», «тынок», «голубец», подбивка, разножка, припадание, присядки, повороты. | **5 часов**1 ч.1 ч.1,5 ч.1,5 ч. | **34 часа**8 ч.8 ч.9 ч.9 ч. |
| **3.**3.13.23.33.4 | **Композиционное построение этюдов**Композиция русского народного танца (плясовая)Композиция белорусского народного танцаКомпозиция гуцульского народного танцаКомпозиция украинского народного танца  | **4 часа**1 ч.1 ч.1 ч.1 ч. | **17 часов**4 ч.4 ч.5 ч.4 ч. |
|  | Всего часов:  | 17 часов | 85 часов |

**ИТОГО: 102 часа в год**

**Четвёртый год обучения**

Таблица № 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Разделы | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| теория | практика | теория | практика |
| 1 | Упражнения у станка |  0,5 часа | 0,5 часа | 9 часов | 17 часов |
| 2 | Занятия на середине |  | 1 час | 4 часа | 34 часа |
| 3 | Композиционное построение этюдов |  | 1 час | 4 часа | 34 часа |
|  | Всего часов | 0,5 часа | 2,5 часа | 17 часов | 85 часов |

 **ИТОГО: 102 часа в год**

Таблица № 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Теория | Практика |
| **1.**1.11.21.31.41.51.61.71.81.91.101.111.12 | **Упражнения у станка**ПриседанияУпражнения на развитие подвижности стопы, каблучные упражненияМаленькие броскиКруговые движения ногой по полу или по воздухуНизкие и высокие развороты ногиПодготовка к «верёвочке», «верёвочка»Дробные выстукивания«Зигзаги», «качалка», «голубец»Упражнение с ненапряжённой стопойРаскрывание ноги на 90 градусовРастяжкаБольшие броски | **9 часов**0,5 ч.1 ч.0,5 ч. 0,5 ч.1 ч.1 ч.1 ч.1 ч.0,5 ч.1 ч.0,5 ч.0,5 ч. | **17 часов**1 ч.2 ч.1 ч.1 ч.1 ч.1 ч.1 ч.2 ч.2 ч.1 ч.2 ч.2 ч. |
| **2.**2.12.22.3 2.4 | **Занятия на середине**Элементы русского народного танца:Перекат, переборы, ключ дробный, дробные выстукивания, хлопушки, «голубцы», «верёвочка», pa de basque,Присядки, «ползунок», прыжки, вращения.Элементы молдавского народного танца:Ход с подскоком, боковой ход, бег, припадание, выбросы ног, ход на одну ногу, боковой ход с каблука, мелкие переступания, вращение в паре, прыжок, «ключ», тройные переборы ногами.Элементы польского народного танца: Основной ход Мазурки, лёгкий бег, «отбиянэ», «голубец», «до за до», опускание на колено, обвод девушки за руку, вращение в паре, «кабриоль», «обертас», «заключение» простое и сложное.Элементы вепсского народного танца:Основной шаг, тройной притоп, выстукивание полупальцами, притоп «ножницы», галоп, «медленный шаг», шаг на полупальцы с опусканием пятки. | **4 часа**1 ч.1 ч.1 ч.1 ч. | **34 часа**8 ч.8 ч.9 ч.9 ч. |
| **3**3.13.23.33.4 | **Композиционное построение этюдов**Композиция русского танца (перепляс)Композиция молдавского танцаКомпозиция польскоготанцаКомпозиция вепсского танцаВсего часов: | **4 часа**1 ч.1 ч.1 ч.1 ч.17 часов | **34 часов**8 ч.8 ч.9 ч.9 ч.85 часов |

**ИТОГО: 102 часа в год**

**Пятый год обучения**

Таблица № 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Разделы | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
|  |  | теория | практика | теория | практика |
| 1 | Упражнения у станка | 0,5 часа | 0,5 часа | 8 часов | 17 часов |
| 2 | Занятия на середине |  | 1 час | 3 часа | 34 часа |
| 3 | Композиционное построение этюдов |  | 1 час | 6 часов | 34 часа |
|  | Всего часов | 0,5 часа | 2,5часа | 17 часов | 85 часов |

**ИТОГО: 102 часа в год**

Таблица № 2

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Теория | Практика |
| **1.**1.11.21.31.41.51.61.71.81.91.101.111.12 | **Упражнения у станка**ПриседанияУпражнения на развитие подвижности стопы, каблучные упражненияМаленькие броскиКруговые движения ногой по полу и по воздухуНизкие и высокие развороты ногиПодготовка к «верёвочке», «верёвочка»Дробные выстукиванияУпражнения с ненапряжённой стопой«Зигзаги», опускание на подъёмРаскрывание ноги на 90 градусовБольшие броскиРастяжка | **8 часов**0,5 ч1 ч.0,5 ч.0,5 ч1 ч.1 ч.1 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч.0,5 ч. | **17 ч.**1 ч.2 ч.1 ч.2 ч.2 ч.1 ч.2 ч.1 ч.1 ч.1 ч.1 ч.2 ч. |
| **2.**2.12.2 | **Занятия на середине**Элементы русского народного танца:Поклоны, ключ «хлопушечный», «верёвочка», присядка-«закладка», вращения.Элементы вепсского народного танца:Основной шаг, прыжки, прыжки через лучины, «ножницы», «заячий прыжок», вальсировка, бег, присядка-«метёлочка», приставные шаги, «нёкко».  | **3 часа**1,5 ч.1,5 ч. | **34 ч.**17 ч.17 ч. |
| **3.**3.13.23.33.4 | **Композиционное построение этюдов**Композиция вепсского народного танцаКомпозиция русского народного танца – «кадриль» Композиция русского народного танца – хороводКомпозиция русского народного танца – пляс Всего часов: | **6 часов**1,5 ч.1,5 ч.1,5ч.1,5 ч.17 часов | **34 ч.**9 ч.9 ч.8 ч.8 ч.85 часов |

**ИТОГО: 102 часа в год**

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Первый год обучения**

**Подготовительная часть урока** (Разминка)

1. Позиции ног

2. Позиции рук

3. Поклон

 а) на месте без рук

 б) поклон с продвижением вперёд и отходом назад

4. Шаги

 а) простой бытовой

 б) с носка

 в) с каблука

5. Подскоки

 а) на месте

 б) с продвижением

 в) вперёд, назад, вокруг себя

6. Галоп

 а) боковой

 б) прямой

 в) с продвижением по линиям, диагонали, кругу

7. Притопы (одинарные, двойные, тройные)

8. Упражнения со скакалкой

 а) прыжки по 1-ой п.

 б) с поджатыми по 6-ой п.

 в) подскоки

 г) бег

 д) на одной ноге

**Основная часть урока** (танцевальные элементы)

Элементы русского народного танца

1. Позиции ног 1,2,3 свободные и прямые, 1и 2 закрытые

2. Позиции рук 1,2 и подготовительное положение

3. Положение рук в парных танцах – «цепочка», «круг», «звёздочка»,

 «карусель», «корзиночка»

4. Ходы

а) тройной ход с притопом

б) переменный ход

5. Шаг с приставкой с продвижением вперёд и назад

6. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по 6-ой п.

7. Боковой шаг с выносом на каблук

8. «Гармошка»

9. «Ёлочка»

10. Боковое припадание на целой стопе по 6-ой п.

11. Танцевальный бег с поднятием согнутых ног назад, вперёд

12. «Ковырялочка»

 а) с одним притопом

 б) двойным притопом

 в) тройным притопом

13. Притопы (одинарные, двойные, тройные)

Движения для мальчиков

14. Хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары

и скользящие)

 а) в ладоши

 б) по бедру

15 . Присядки

 а) подготовка к присядке (плавные и резкие опускания вниз по 6 и 1 п.)

 б) покачивание на приседании по 6 и 1 п.

 в) полуприсядка с открыванием ноги на ребро каблука в сторону, вперёд

Элементы литовского народного танца «Козлик»

1. Положение ног и рук в танце

2. Положение рук в парных и массовых танцах

3. Простые шаги на приседании

4. Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением

5. Первой прямой во вторую прямую позицию и обратно

6. Прыжки с перекрещенными ногами

7. Прыжки с выбрасыванием ноги в сторону

8. Прыжки с поджатыми ногами на месте и с продвижением вперёд и назад

Элементы эстонского народного танца

1. Лёгкий бег

2. Шаг с подскоком

3. Полька (4 вида)

4. Галоп

5. Шаг вальса с каблука

6. «Ножницы»

Элементы латышского народного танца

1. Шаги

2. Подскоки

3. Галоп

4. Тройной притоп

5. Шаг с двумя подскоками

6. Простая полька

7. Галопная полька

8. Полька с подскоком на обеих ногах

Движения польки

1. Простые подскоки польки

 а) на месте

 б) вокруг себя

 в) с продвижением вперёд, назад и в сторону

2. Простые подскоки с хлопками и поклонами

3. Простые подскоки в повороте парами под руки

4. Галоп в сторону

**Заключительная часть урока** (композиционное построение этюдов)

1. Композиция русского танца

2. Композиция литовского танца

3. Композиция эстонского танца

4. Композиция латышского танца

**Второй год обучения**

**1 часть урока – Упражнения у станка**

1. Пять открытых позиций ног - аналогичны позициям класси­ческого танца.

2. Переводы ног из позиции в позицию:

3. Приседания по прямым и открытым позициям с переводом ног

 указанными приёмами (муз.раз. 3/4)

а) полуприседания (demi-plie)

б) полное приседание (grand-plie)

4. Упражнение на развитие подвижности стопы (Battement tendu) с переходом

 работающей ноги с носка на каблук (2 вид) из

 1,3,5 позиций (муз.раз. 3/4 4/4)

 а) с demi-plie в момент перевода работающей ноги на каблук

 б) с demi-plie в момент перевода работающей ноги на каблук и

 возвращение в исходную позицию

5. Маленькие броски (Battement tendu jete) с акцентом от себя

 (муз размер 2/4, 6/8):

 а) с одним ударомстопой в пол по позиции через небольшое писедание

 б) demi-plie на опорной ноге

6. Подготовка к «веревочке» на целой стопе (муз размер3/4, 4/4)

7. Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги (муз.раз.4/4)

 а) из 1-й прямой позиции,

 б) с шага, лицом к станку.

8. Круговые движения ногой по полу и по воздуху (Rond de jambe par terre и

 Rond de pied par terre) (муз. Размер 2/4,3/4)

9. Элементарные выстукивания по 1-й прямой позиции (муз размер 2/ 4)

10. Поднимание (Releve) на полупальцах по открытым позициям

 (муз. Размер 2/4)

11. Port de bras (перегибы и наклоны корпуса) (муз. Размер 3/4, 4/4)

12. Подготовка к присядке :

 а) подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям

 б) подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с

 вынесением ноги на каблук вперёд и в сторону

13. Растяжка из первой позиции

**2 часть урока – Занятия на середине зала**

1. Упражнения для пластичности корпуса (перегибы, наклоны и повороты

2. Постановка рук, головы (наклоны, повороты) на основе простейших

 комбинаций

3. Подготовка к вращению на месте

Элементы русского народного танца *(продолжение изучения)*

1. Движение рук с платком из подготовительного положения

2. Шаркающий шаг

 а) каблуком по полу,

 б) полупальцами по полу.

3. Переменный шаг

 а) один длинный и два коротких с продвижением вперед и назад

 б) на ребро каблука

4. Русский танцевальный шаг

 а) с проскальзывающим притопом

 б) на ребро каблука

5. Боковое припадание по 3-й позиции

6. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продви­жением

 в сторону

7. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на ребро

 каблука или носок, на месте и с отходом назад

8. «Ковырялочка» с подскоками

9. Дробные движения:

 а) простая дробь на месте,

 б) тройная дробь (поочередные выстукиваниявсей стопой) на месте

 и с продвижением вперёд

 в) простая дробь полупальцами на месте,

 г) дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и

 с продвижением вперёд

10. Присядка

 а) присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по

 1-ой прямой и открытой позициям

 б) присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сто­рону,

 в) присядка с продвижениемв сторону и выбрасыванием но­ги на каблук и

 на воздух

11. Хлопки и хлопушки (для мальчиков):

 а) хлопок перед собой - с движением рук сверху вниз и снизу вверх

 б) хлопок сзади

 в) удар по бедру

 г) удар по голенищу сапога

12. Прыжки с обеих ног

 а) малые и большие

 б) с согнутыми назад ногами

 в) с согнутыми вперед коленями

13. Верчение :

 а) кружение в паре на месте и с продвижением в различных

 направлениях

 б) повороты на месте (вправо или влево вокруг себя) на простых,

 переменных шагах, подскоках

Элементы белорусского народного танца "Крыжачок»

1. Положение рук

 а) положение рук в сольном танце

 б) положение рук в массовых и парных танцах

 в) подготовка к началу движения

2. Притопы одинарные.

3. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном мес­те.

4. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.

5. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

6. Основной ход "Крыжачка".

7. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.

8. Тройные притопы с поклоном.

9. Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвиже­нием из стороны в сторону (для мальчиков).

Элементы украинского народного танца (музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Позиции и положения ног.

2. Позиции и положения рук.

3. Положения рук в парном имассовом танце

4. Подготовка к началу движения.

5. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские и мужские).

6. Притоп.

7. «Веревочка»

а) простая,

б) с переступаниями,

в) в повороте.

8. «Дорижка простая» (припадание) с продвижением в сторону и

 с поворотом

9 «Дорижка плетена*»* (припадание) с продвижением в сторону, со сменой

 Позиции вперёд и назад в перекрещенном положении

10**.** «Выхилястник» («ковырялочка»)

 а) «выхилястник» с угинанием ("ковырялочка" с открыванием ноги)

11. «Бигунец»

**3 часть урока – Разучивание танцевального материала**

 **и композиционное построение этюдов**

1.Композиция русского танца (лирический с платочком)

2. Композиция русского танца (хороводная пляска)

3. Композиция белорусского танца «Крыжачок»

4. Композиция украинского танца

**Третий год обучения**

**1 часть урока – Упражнения у станка**

1. Подготовка к началу движения (preparation):

а) раскрывание одной руки

б) раскрывание двух рук

в) поочерёдное раскрывание рук

г) переводы рук в различные положения

д) движение руки и координации с движением ноги

1. Приседания (Рlie) резкое и плавное по 1-й,2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
2. Упражнения на развитие подвижности стопы (Battement tendu) с подъемом пятки опорной ноги (1-й вид) (муз. раз. 2/4)
3. Маленькие броски (Battement tendu jete) с подъемом пятки опорной ноги (муз размер 2/4)
4. Круговые движения ногой по полу и по воздуху (Rond de jambe и rond de pied на plie) (муз размер 2/4, 3/4)
5. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
6. Выстукивание (муз. раз. 2/4)

а) чередование ударов стопой и полупальцами с одним ударом

б) чередование ударов стопой и полупальцами с двумя ударами

в) чередование ударов стопой и полупальцами с шагом

1. Подготовительное упражнение к fliс-flaс (упражнение с ненапряжённой стопой), (муз размер 2/4, 4/4)

а) на croisee

б) с ударом ноги в пол

1. «Зигзаги» (Pas tortille) (муз размер 2/4)

а) одинарное

б) одинарное с ударом стопы

1. Подготовка к «штопору», «штопор»

 11. Повороты:

 а) плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полу­приседании и на вытянутых ногах (soutenu en tournant)

б) поворот на одной ноге внутрь и наружу (pirouette en dedans en dehors) с другой, согнутой в колене.

 12. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:

 а) на ногу открытую на носок в сторону илиназад**,**

 б) с шага,

 в) с прыжка

1. Раскрывание ноги на 90 градусов (Battement developpe) плавное

 (муз размер 4/4)

1. Большие броски (Grand battement jete)

а) на целой стопе

б) с опусканием на каблук

 15. Растяжка

16. Наклоны и перегибы корпуса на полупальцах

1. Маленькие «голубцы» лицом к станку
2. Присядки

а) на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочеред­ным открыванием ног на каблук вперед и по первой свобод­ной позиции, открывая ноги в стороны,

 б) "Мяч" лицом к станку

 19. Releve на полупальцы в сочетании с движением рук

**2 часть – Занятия на середине зала**

Элементы русского народного танца *(продолжение изучения)* (Музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.

2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.

3. Боковой шаг с вынесением ноги на каблук

4. Шаг на ребро каблука:

 а) с притопом

б) с проскальзывающим ударом

5. Дробный «ключ» простой на подскоках (1-й вид)

6. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом

7. «Маятник»:

 а) с подскоками на полупальцах

 б) с подскоками на всей ступне

8. «Моталочка»:

 а) с подскоком на полупальцах

 б) с подскоком на всей стопе

 в) с задеванием пола каблуком

 г) с задеванием пола полупальцами

9. Подбивка «голубец»:

 а) на месте

 б) с двумя переступаниями

1. «Молоточки»
2. Хлопушки:

а) удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с про­движением вперед, назад и в сторону,

б) фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу,

в) поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади,

г) по голенищу сапога спереди крест-накрест.

13. Присядки

а) присядка с «ковырялочкой»

б) присядка с ударом по голенищу, ступне спереди и сзади,

в) подскоки по 1-й прямой позиции из стороны в сторону с хлопком перед собой,

г) присядка "мяч",

д) "гусиный шаг",

14. Прыжки

а) прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте и с продвижением вперед,

б) прыжок с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам,

в) прыжок с ударами по голенищу спереди.

16. Вращения:

а) на подскоках с продвижением вперед по диагонали,

б) с движением "моталочки",

Элементы белорусского народного танца «Лявониха»

(Музыкальный размер 2/4)

1. Основной шаг «Лявонихи»
2. Присядка с подтягиванием ноги
3. Переступание с каблука на носок
4. Галоп
5. Скользящее движение с поворотом и притопом

Элементы гуцульского народного танца (Музыкальный размер 2/4)

1. Ход с акцентом на работающую ногу
2. Дорожка
3. Плетеная дорожка
4. Боковой шаг
5. Прыжки с выбиванием
6. «Чесонка»
7. Повороты в паре
8. Присядка «гайдук - круч»
9. «Сверло»

Элементы украинского народного танца *(продолжение узучения)*

1. Медленный женский ход

2. Ход с остановкой на третьем шаге

3. «Верёвочка»:

 а) простая

 б) с переступаниями

 в) в повороте

 г) двойная

4. «Тынок» (перескок с ноги на ногу)

5. «Голубец» (прыжок):

 а) на месте и с продвижением в сторону

 б) с притопами

 в) парами в переходе

6. «Выступцы», подбивание одной ногой другую

7. «Разножка» в сторону на ребро каблука

8. «Ястреб» - прыжок с поджатыми ногами по 1-ой открытой позиции

9. Припадание

10. Присядки:

 а) с вынесением ноги вперёд накрест на каблук

 б) с «выхилястником»

 в) с ударом по голенищам

 г) «метёлочка»

 д) боковая присядка

 е) присядка «мячик» с хлопками

 ж) «разножка»

 з) «разножка» вперёд

11. Повороты:

 а) повороты на месте

 б) с перескоком

 в) беговые шаги в повороте

**3 часть – Разучивание танцевального материала и композиционное**

 **построение этюдов**

1. Композиция русского народного танца (плясовая)
2. Композиция белорусского народного танца «Лявониха»
3. Композиция гуцульского народного танца

4. Композиция украинского народного танца «Гопак» или «Метелица»

**Четвёртый год обучения**

**1 часть – Упражнения у станка**

1. Приседания (Demi-plie и grand-plie), плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям
2. Упражнения на развитие подвижности стопы, каблучные упражнения (Battement tendu):

а) 2-й вид

б) 1-й вид с подъемом пятки опорной ноги, demi-plie и tombe

в) 1-й вид с подъемом пятки опорной ноги, demi-plie и tombe и двойным ударом

г) 3-й вид с выносом на каблук

д) с поворотом бедра

1. Маленькие броски (Battement tendu jete):

а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,

б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полу­приседании вперед, в сторону и назад,

в) сквозные по 1-й открытой позиции с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.

 4. Круговые движения ногой по полу или по воздуху ( Rond de jambe и rond de pied ) с поворотом опорной стопы (то же, с кругом по воздуху)

5. Низкие развороты ноги (Battement fondu) на целой стопе

6. Подготовка к «голубцу» (удар одной ноги о другую):

 а) одной ногой с одним ударом

 б) одной ногой с двойным ударом

 в) с одним ударом обеих ног

 г) с двойным ударом обеих ног

7. Подготовка к «веревочке». «Веревочка»

 а) с подъемом на полупальцы

 б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно

8. Упражнения на выстукивание:

 а) с переносом работающей ноги выворотно

 б) с поворотом работающей стопы невыворотно

9. Подготовка к «качалке». «Качалка».

10. Упражнения с ненапряжённой ногой (Flic-flac)

11.Раскрывание ноги на 90 градусов (Battement developpe):

а) отрывистое и плавное

б) в координации с движением руки

12. Ход руки «восьмерка»

13. Растяжка

а) в сторону в прямом положении и полуприседании с накло­ном корпуса в координации с рукой,

б) в сторону в открытом положении и полуприседании с на­клоном корпуса.

 14. Большие броски (Grand battement jete):

 а) с demi-plie

 б) с подъемом на полупальцы

 15. «Голубец» в сторону на 45 градусов в прямом положении, лицом

 к станку.

**2 часть – Занятия на середине зала**

Элементы русского народного танца *(продолжение изучения)*

(Музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Перекат - боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы

2. Переборы (pas bourree)

3. Ключ дробный:

 а) с двойной дробью (2-й вид)

 б) сложный (3-й вид)

4. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.

5. Дробь на "три ножки".

6. Хлопушки:

 а) на подскоках с ударом по голенищусапога перед собой,

 б) на подскоках с ударом по голенищу сапога сзади,

 в) поочередные удары по голенищу сапога и сзадина под­скоках,

 г) удары двумя руками по голенищу одной ноги,

 д) удар по голенищу вытянутой ноги.

7. "Голубцы" поджатыми ногами с переходомна полупальцы.

8. "Веревочка":

 а) простая и двойная с притопами,

 б) простая и двойная с "ковырялочкой",

 9. Pas de basque

10. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на

 каблук илина всю стопу.

11. Присядки

 а) растяжки в стороны на носки и на каблуки,

 б) растяжки вперед на каблук одной ноги и на носок другой,

 в) растяжка через вторую закрытую позицию на полуприсе­дании на

 полуприседании на каблуки в стороны

12. "Ползунок" вперед и в сторону на пол и на воздух.

13. Прыжки:

 а) с согнутыми ногами (одна спереди, другая сзади),

 б) одна нога прямая, другая согнута в колене спереди или сзади,

 в) "гигантские шаги" на месте и по диагонали.

15. Вращения:

 а) с откидыванием ног назад

 б) на каблук

Элементы молдавского народного танца (музыкальный размер 2/4, 4/4, 6/8).

1. Положение ног.

2. Положения рук в сольном и массовом танцах.

3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).

4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с про­движением вперед.

5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.

6. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.

7. Ход на одну ногу с прыжком.

8. Боковой ход с каблука.

9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.

10. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх на 30° в перекре­щенное

 положение.

11. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг себя

 и с продвижением в сторону.

12. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.

13. Вращение в паре внутрь и наружу на подскоках.

14. Прыжок с поджатыми ногами.

15. «Ключ» молдавский (носок-каблук разными но­гами, соскок

 на две ноги и прыжок с поджатыми ногами).

16. Тройные переборы ногами.

17. Подъем девушки за талию на месте и с переносом.

Элементы польского народного танца (музыкальныйразмер 3/4)

1. Основной ход мазурки (раs gа1а).

2. Легкий бег .

3. "Отбиянэ" - скольжение одной ногой с подбиванием ее другой.

4. "Голубец" — подбивание ноги подряд в сторону.

5. Подготовка к парному вращению.

6. Уступающий переход («До за до» на различных движениях).

7. Опускание на колено:

а) с шага,

б) с выпадом.

8. Обвод девушки за руку:

а) стоя на колене,

б) стоя на выпаде.

9. Вращение в паре внутрь.

10. "Кабриоль" в сторону 45° в прямом положении.

11. "Обертас" - растяжка назад в полном приседании (мужское).

12. Заключение простое и двойное.

Элементы вепсского народного танца (Музыкальный размер 2/4).

Вепсская народная хореография, несмотря на несложную танцевальную лексику, о своей манере живая и стремительная. Особый интерес вызывают танцы без музыкального сопровождения, под ритмические выстукивания ног, ложек и хлопков. Для изучения вепсского народного танца предлагается «Вепсская круга» или «Ложки»

1. Основной шаг

2. Тройной притоп

3. Большой шаг вперед на низких полупальцах

4. Большой шаг вперед на полупальцы с опусканием пятки

5. Выстукивание полупальцами

6. Притоп «ножницы»

7. «Галоп»

8. «Медленный шаг»

**3 часть- Разучивание танцевального материала и композиционного**

 **построения этюдов**

1. Композиция русского народного танца (перепляс)

 2. Композиция молдавского народного танца «Хора» и «»Молдавеняска»

 3. Композиция польского народного танца «Мазурка»

4. Этюд на основе вепсских танцев (без музыкального сопровождения)

**Пятый год обучения**

**1 часть - Упражнения у станка**

1. Приседания (Demi-plie и grand plie)

2. Упражнеия на развитие подвижности стопы, каблучные упражнения

 (Battement tendu) все виды

3. Маленькие броски (Battement tendu jete) сквозные по 1-й позиции со

 встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании

4. Круговые движения ногой по полу или по воздуху (Rond de jambe)

 со скачком

5. Низкие и высокие развороты нги ( Battement fondu):

а) с подъемом на полупальцы

б) с наклоном корпуса координации с движением руки

6. Подготовка к «веревочке» с прыжком

7. «Веревочка» обратная

8. Упражнения на выстукивание:

а) чередование ударов полупальцами и каблуками

б) удары каблуками в пол

в) дробь и обратная дробь

9. Упражнения с ненапряжённой ногой (Flic-flac):

а) со скачком на опорной ноге

б) c tombe

в) duble flic и duble flic с ударом пяткой опорной ноги

г) «веер» на полу (с duble flic)

д) с переступанием

10. Опускание на подъем

11. «Зигзаги» (Pas tortille):

 а) с двойным поворотом

 б) с двойным ударом

12. Раскрывание ноги на 90 градусов (Battement developpe) с двойным ударом

13. Большие броски (Grand Battement jete с coupe –tombe)

**2 часть – Занятия на середине зала**

Элементы русского народного танца *(продолжение изучения)*

(Музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Поклоны

 а) простой поясной на месте

 б) простой поясной с продвижением

 в) сложный праздничный (хороводный женский)

 г) сложный праздничный (хороводный мужской) на месте

2. Ключ «хлопушечный»

3. «Веревочка»:

 а) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая – на щиколотке

 спереди или сзади

 б) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой

 позиции

 в) простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360 градусов в приседании

 на полупальцах

4. Присядка-«закладка»:

 а) на месте (1-й вид)

 б) с продвижением в сторону (1-й вид)

 в) «качалка» на месте (1-й вид)

 г) «качалка» на месте (2-й вид)

5. Вращение:

 а) дробное

 б) «блины»

Элементы вепсского народного танца «Лучина» *(продолжение изучения)*

1. Положение в паре

2. Положение рук и ног

3. Основной шаг

4. Прыжки

5. Прыжки через лучины

6. «Ножницы»

7. «Заячий прыжок»

8. Вальсировка

9. Бег

10. Присядка-«метёлочка»

11. Приставные шаги

12. «нёкко»

**3 часть – Разучивание танцевального материала и композиционное**

 **построение этюдов**

1. Композиция вепсского народного танца «Лучина»

2. Композиция русского народного танца – Оятская кадриль

 (Лодейнопольский район)

3. Композиция русского народного танца - хоровод

4. Композиция народного танца - плясовая

**Ожидаемые результаты и способы их проверки**

**Первый год обучения**

 В процессе изучения народно-сценического танца, на начальной стадии учащиесядолжныовладеть умением ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, также прививаются навыки координации, культура общения с партнёром, ансамблевое исполнение, эмоциональная отзывчивость.

 По окончании первого года обучения учащиеся должны знать основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса во время исполнения простейших танцевальных элементов.

 На основе пройденных элементов русского народного танца, а также одного из танцев прибалтийских республик, проучиваются небольшие комбинации, а к концу первого года обучения, танцевальные этюды.

Формы подведения итогов реализации программы в течение первого года обучения по народно-сценическому танцу: контрольные уроки в 1-ой и 3-ей четверти, открытые уроки для преподавателей и родителей по полугодиям, отчётный концерт.

**Второй год обучения**

 На базе тех навыков и умений, которые формируются на первом году обучения, на втором учащиеся осваивают основные элементы лицом к станку, после чего приступают к их совершенствованию с применением несложных комбинаций. В течение учебного года дети должны ознакомиться и усвоить танцевальные элементы русского, белорусского и украинского танцев, а также комбинации и этюды этих народностей.

Формы подведения итогов реализации во втором году обучения: контрольные уроки по четвертям, открытые уроки по полугодиям. Участие в концертах и областных конкурсах.

**Третий год обучения**

Дальнейшее увеличение мышечной нагрузки в течение третьего года обучения производится постепенно и планомерно. Учащиеся должны освоить за одну руку у станка более сложные элементы, требующие соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки. Воспитанники должны освоить полуповороты, перегибы корпуса, постановка рук и активное движение ими. К концу третьего года обучения учащиеся должны исполнить комбинации и композиции на основе изученных элементов русского, белорусского, гуцульского, украинского народных танцев.

Формы подведения итогов реализации программы в третьем году обучения: контрольные уроки по четвертям, открытые уроки для родителей и преподавателей раз в полугодие, участие в течение года в концертах, отчётном концерте, областных и Российских конкурсах.

**Четвёртый год обучения**

На четвёртом году обучения учащиеся должны уметь передать в движении стилевые особенности народной музыки, разнообразие её темпов и ритмов, что является основой формирования чистоты стиля и хорошей манеры исполнения. При изучении элементов парной пляски в молдавском, русском, польском, вепсском, народных танцах у учащихся должны развиться навыки общения с партнёром. К концу учебного года изучаются и исполняются более сложные комбинации и композиции.

Формы подведения итогов реализации программы на четвёртом году обучения: контрольные уроки по четвертям, раз в полгода открытые уроки. Участие в концертах в течение года, итоговом отчётном концерте, областных и Российских конкурсах.

**Пятый год обучения**

На пятом году обучения в связи с усложнением лексики, ритмических рисунков, ускорением темпа, композиции заданий и танцевальных этюдов, введение новых технических приёмов учащиеся должны показать яркий характер и выразительность танца, уделяя большое внимание координации движения. Знакомство с особенностями стиля и характера вепсского и русского народных танцев даёт учащимся возможность исполнять развёрнутые этюды.

Формы подведения итогов реализации программы: контрольные уроки в1-ой, 2-ой, 3-ей четвертях, полугодовой открытый урок, выпускной экзамен.

Участие в концертах в течение учебного года, отчётном концерте отдела,

В областных и Российских конкурсах хореографического искусства.

**Методическое обеспечение программы**

В процессе обучения используются следующие формы проведения занятий:

урок, репетиция, конкурс, концерт, мастер-класс, творческая встреча, праздник, фестиваль.

Применяются методы обучения:

Словесные – устное изложение материала, беседа, анализ.

Наглядные – исполнение педагогом, показ видеоматериалов, иллюстраций, работа по образцу, наблюдение.

Практические – упражнения, тренинг.

Дидактический материал, который используется педагогом или учащимися для усвоения знаний – методическая литература, пособия, энциклопедии, аудио- и видео- материалы, нотный материал.

Технические средства – видеомагнитофон, телевизор, магнитофон, музыкальный инструмент, станок для упражнений, танцевальный зал, зеркало, специальное покрытие пола.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис-Пресс, 2001.
2. Борзов А.А. «Программа для хореографических отделений ДМШ, ДШН».1987.
3. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и
4. внешкольных заведениях. – Киев: Музыкальная Украина, 1985.
5. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л. Основы характерного танца. –
6. М.: Искусство, 1981.
7. Василенко К. Украинский народный танец. – М.: Искусство, 1981.
8. Гребенщиков С. Белорусские танцы. – М.: Искусство, 1981.
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. –
10. М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005.
11. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М.: Гуманит.
12. изд. центр ВЛАДОС, 2004.
13. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные
14. движения и комбинации на середине зала. – М.: Гуманит. изд. центр
15. ВЛАДОС, 2004.
16. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца.–
17. Орел,1999
18. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-
19. сценический танец. - М.: Искусство, 1976.
20. Звягин Д. Венгерские народные танцы. Методическая разработка для
21. студентов хореографического отделения - СПб. 1995.
22. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Издательство МГИК,
23. 1994.
24. Королева Э., Курберт В., Мардарь М. Молдавский народный танец –
25. М.: Искусство, 1981.
26. Мальми В. Народные танцы Карелии - Петрозаводск: Издательство
27. Карелия,1978.
28. Надеждина Н. Русские танцы. - М.: Госкультпросветиздат, 1951.
29. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., Учите детей танцевать –
30. М.:Гуманит.изд. центр ВЛАДОС, 2003.
31. Смирнов Е. Северная кадриль. - Петрозаводск: Издательство Карелия,1977.
32. Тарасова Н. Теория и методика преподавания народно-сценического танца. –
33. Издательство СПбГУП, 1996.
34. Ткаченко Т. Народный танец. - М., 1954.
35. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967.
36. Устинова Т. Русские народные танцы. - М.: Культпросветиздат, 1950.
37. Устинова Т. Русские народные танцы. - М.: Искусство, 1976.
38. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. - М.: Искусство, 1996.
39. Чурко Ю. Белорусский народный танец. – Минск: Наука и техника, 1972.