

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

**Предметная область  
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**Программа по учебному предмету  
ПО.01. УП.01. (8(9)-летний срок обучения)**

**ТАНЕЦ**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
МБУДО «Ташлинская детская  
школа искусств»  
Протокол № 01  
от « 29 » августа 2025 г.

**СОГЛАСОВАНО**

с Методическим советом  
МБУДО «Ташлинская  
детская школа искусств»  
Протокол № 01  
от « 29 » августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУДО «Ташлинская  
детская школа искусств»  
\_\_\_\_\_ С.В. Шмакова  
Приказ № 80  
от « 29 » августа 2025 г.

Разработчик

**Тишкова Галина Григорьевна**

преподаватель высшей квалификационной категории отделения  
хореографии МБУДО «Ташлинская детская школа искусств»

Рецензент

**Камалиева Оксана Камильевна**

преподаватель ПК «Хореографическое творчество»  
ГБПОУ «Оренбургский областной колледж культуры и искусств»

Рецензент

**Ляшева Елена Васильевна**

преподаватель высшей квалификационной категории

# **СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

## **I. Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;

## **II. Содержание учебного предмета**

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

## **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

## **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

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

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- Методические рекомендации педагогическим работникам;

## **VI. Список методической литературы и музыкального материала**

- Список методической литературы;
- Список музыкального материала;
- Интернет - ресурсы

# **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

Программа учебного предмета «Танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Танец», основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Танец способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение, способствует более глубокому эмоционально-осознанному восприятию музыки, большей тонкости слышания и различения отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Танец исполняется чаще всего всем коллективом и требует четкого взаимодействия всех участников, повышает дисциплину, чувства ответственности и товарищества.

Изучение предмета «Танец» тесно связано с изучением предметов «Слушание музыки и музыкальная грамота», «Ритмика», «Народно - сценический танец».

## ***2. Срок реализации учебного предмета «Танец»***

Срок освоения программы «Танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 2 года.

***3. Объем учебного времени,*** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Танец»:

***Таблица 1***

	Распределение по годам обучения	
	1	2
класс	1	2
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2
Общее максимальное количество часов на аудиторные занятия	130	

Объем времени на консультации (по годам)	2	2
Общий объем времени на консультации	4	

Самостоятельная работа по учебному предмету «Танец» не предусмотрена.

**4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:**  
мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока - 40 минут.

#### **5. Цели и задачи учебного предмета «Танец»**

**Целью** учебного предмета «Танец» является:

формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем, а также развитие творческих способностей детей.

**Задачи** учебного предмета «Танец»:

- развитие мышечной выразительности тела, формирование фигуры и осанки, укрепление здоровья;
- формирование выразительных двигательных навыков, умения легко и координировано танцевать, ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- развитие общей музыкальности;
- коррекция эмоционально-психического состояния;
- формирование конструктивного межличностного общения, коммуникативной культуры;
- формирование личностных качеств: силы, выносливости, смелости, воли, ловкости, трудолюбия, упорства и целеустремленности;
- развитие творческих способностей детей;
- формирование активного познания окружающего мира – развитие познавательных процессов;
- воспитание интереса к национальной танцевальной культуре, а также толерантного отношения к танцевальной культуре других народов.

#### **6. Обоснование структуры учебного предмета**

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

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 программы «Содержание учебного предмета».

### **7. Методы обучения**

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

- наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный);
- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

### **8. Описание материально-технических условий реализации предмета**

Материально – технические условия реализации программы «Танец» обеспечивают возможность достижения обучающимися результатов, установленных ФГТ.

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

*Материально – техническое обеспечение:*

- балетный зал, площадью 100 кв.м., имеющий напольное покрытие,
- балетные станки,
- зеркала,
- фортепиано,
- костюмерная,
- репетиционная и концертная одежда,
- раздевалка,

*Электронно – образовательные ресурсы:*

- компьютер,
- аудио- и видеотехника.

*Учебная мебель:*

- стол,
- стулья,
- шкаф.

*Технические средства:* наличие аудио и видеозаписей, магнитофон.

В образовательном учреждении созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, текущего и капитального ремонта учебных помещений.

## II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**1. Сведения о затратах учебного времени,** предусмотренного на освоение учебного предмета, на максимальную нагрузку обучающихся на аудиторных занятиях:

**Таблица 2**

класс	1	2
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	32	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2
Общее максимальное количество часов на аудиторные занятия	64	66
Максимальная учебная нагрузка в часах	<b>130</b>	
Общий объем времени на консультации	2	2

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

### **2. Требования по годам обучения**

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании в детских школах искусств.

#### **1 год обучения**

**Таблица 3**

Неделя	Кол-во часов	Содержание урока
<b>1 полугодие</b>		
1	2	1. Позиции и положения рук в русском народном танце: - I-II-III; - на поясе, перед грудью, за головой, за спиной. 2. Шаги по кругу: - бытовой с каблука; - танцевальный с носочка; - на полупальцах; - легкий бег на полупальцах. 3. Упражнение «Елочка» - для постановки корпуса.
2	2	1. Движение головы в русском характере: - повороты направо - налево, вверх - вниз;

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- наклоны вправо – влево;</li> <li>- с движением рук, с приседанием.</li> </ul> <p>2. Позиции ног: I-II-III (полувыворотные).</p> <p>3. «Подсолнухи» - упражнения для головы.</p> <p>4. «Ножки поссорились – ножки помирились» - постановка ног I- II позиции.</p>
3	2	<p>1. «Окошечко» - позиции рук в классическом танце.</p> <p>2. «Воздушный шарик» - проведение рук по позициям.</p> <p>3. Упражнения для развития тела «Буратино» - упражнение для головы, рук и плеч.</p>
4	2	<p>1. Plie по I, III позиции (невыворотно).</p> <p>2. «Зайчишки - трусишки» - развитие навыков полного приседания подъема на полупальцах прыжка.</p>
5	2	<p>1. Приставной шаг в сторону, вперед – назад</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с притопом;</li> <li>- с поворотом головы направо – налево.</li> </ul> <p>2. Раскрывание рук вперед – в сторону из положения</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на поясе, в характере русского танца;</li> <li>- в сторону – вверх.</li> </ul>
6	2	<p>1. Выведение ноги вперед и в сторону</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на прямых ногах;</li> <li>- в полуприседании;</li> <li>- без рук и с руками до II позиции.</li> </ul> <p>2. «Тик - так» - этюд построен на последовательности движений головой, плечами, руками, ногами.</p>
7	2	<p>1. Движение плеч и корпуса</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- подъем плеч в различном темпе и характере;</li> <li>- поочередное выведение плеча вперед;</li> <li>- наклоны корпуса вперед, назад, в сторону.</li> </ul> <p>2. Упражнение на развитие координации, включает в себя:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- движения рук различной амплитуды, пальцев (кисти), руки от локтя и всей руки от плеча;</li> <li>- сгибания, вращения, махи.</li> </ul>
8	2	<p>1. Вытягивание ноги в сторону и вперед с переводом носок – каблук – в характере русского танца.</p> <p>2. Вытягивание ноги, с переводом с носка на каблук (вперед, в сторону) в сочетании с полуприседанием.</p>
9	2	<p>1. Прыжки на двух ногах по VI позиции - веселый танец «Зайчики».</p> <p>2. Шаг польки (в народной манере).</p>
10	2	<p>1. Проведение ноги вперед – назад (passé par terre).</p> <p>2. Перемещение центра тяжести с ноги на ногу</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с I позиции во II позицию;</li> <li>- с I позиции в IV позицию.</li> </ul>
11	2	<p>1. Понятие анфас, эпольман.</p>



		<p>2. Танцевальные шаги – танец «Грибочки»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- тройной шаг с остановкой;</li> <li>- боковой приставной шаг, на всей стопе и на полупальцах.</li> </ul>
12	2	<p>1. Упражнение на ориентировку в пространстве</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различие правой, левой руки, ноги, плеча;</li> <li>- повороты вправо – влево;</li> <li>- построение в колонну по одному, по двое, в пары;</li> <li>- перестроение из колонны по одному, в пары и обратно;</li> <li>- перестроение из колонны в шеренгу или круг;</li> <li>- свободное перемещение в зале с последующим возвращением в колонну, шеренгу или круг (игровая форма).</li> </ul> <p>2. «Паровозик» - этюд направлен на развитие активности плечевого и локтевого суставов и эмоциональную выразительность.</p>
13	2	<p>1. Перегибы в стороны, вперед, назад (port de bras).</p> <p>2. «Солнышко» - этюд построен на основе контрастных образов, веселое солнышко и хмурая тучка.</p>
14	2	<p>1. Русский поклон:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на месте;</li> <li>- с шагом в сторону.</li> </ul>
15	2	Закрепление пройденного материала.
16	2	Контрольный урок.
<b>2 полугодие</b>		
17	2	Повторение материала за I полугодие.
18	2	Танец «Хоровод» - русский характер, разучивается на основе ранее выученных движений.
19	2	<p>1. Приставной шаг в сторону руки во II позиции</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с вынесением ноги в сторону на каблук;</li> <li>- с поворотом на 360° на месте.</li> </ul>
20	2	<p>1. Шаг галопа:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- по кругу, по одному и в паре;</li> <li>- к центру, от центра, по одному и в паре.</li> </ul> <p>2. Тройные притопы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на месте анфас;</li> <li>- в повороте на 360° по точкам на месте.</li> </ul>
21	2	Закрепление танца «Хоровод».
22	2	<p>1. Упражнения для подготовки исполнения «гармошечки»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отведение пятки до II позиции и обратно в I позицию;</li> <li>- отведение пятки и носка до II позиции и обратно в I позицию;</li> <li>- одновременное отведение пятки правой ноги и носок левой ноги вправо и обратно в I позицию.</li> </ul>
23	2	<p>1. Прыжки по VI позиции</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на месте анфас;</li> <li>- в повороте на 90°;</li> <li>- в повороте на 180°.</li> </ul>

		2. Подскачный шаг - с опусканием ноги на всю стопу; - с притопом всей стопой. 3. Притопы по VI, V позиции в полуприседании.
24	2	1. Выдвижение ноги в сторону носок – каблук - с тройными притопами; - с притопами по VI и V позиции. 2. Поднимание на полупальцы в VI и I позиции - в сочетании с полуприседанием.
25	2	Танец «Для гостей» - русский характер - вынос ноги вперед на каблук; - подскоки в паре по VI позиции; - тройные притопы, хлопки; - галоп в паре, полька.
26	2	Работа над техникой исполнения танца «Для гостей».
27	2	Упражнение на ориентировку в пространстве - перестроение из одного круга в два, три, четыре; - из колонны во 2,3,4; - из троек и четверок в кружочки и звездочки.
28-29	3	Танец «Гопак» - украинский характер - «ковырялочка» с тройными притопами; - галоп по кругу; - шаги в круг, руки в III позиции.
30	2	Разучивание танца в украинском характере.
31	4	Работа над техникой и манерой исполнения танцев «Хоровод», «Для гостей», «Украинский танец».
32	1	Зачет по предмету.

## 2 год обучения

**Таблица 4**

Неделя	Кол-во часов	Содержание урока
<b>3 полугодие</b>		
1	2	Повторение материала за 1 год обучения.
2	2	1. Маленькие приседания (с работой рук), releve. 2. Батман тандю с переходом через падегаже.
3	2	1. Упражнения на ориентировку в пространстве - переход из одного круга в два, четыре; - движение по диагонали, «змейка», «улитка».
4	2	1. Проведение рук по позициям с элементами русского народного танца.
5	2	1. Упражнения на ориентировку в пространстве - движение в колонны по одной с разных сторон по диагонали, с

		<p>переходом в центр через одного</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- перестроение типа «шен».</li> </ul> <p>2. Шаги с каблука на 2 ноги и на одну с одновременным подниманием рабочей ноги на 90° согнутой в колене.</p>
6	2	<p>1. Русский переменный ход:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с притопом и хлопком;</li> <li>- с флигом от себя.</li> </ul> <p>2. Приставные шаги в сторону ,комбинация в русском характере.</p>
7	2	<p>1. Элементы русского танца</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «ковырялочка» с подскоками;</li> <li>- приставной шаг в сторону и поворот на 360°.</li> </ul> <p>2. Сценический бег по линиям(на месте и в продвижении вперёд).</p>
8	2	<p>1. Каблучные упражнения</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проскальзывание работающей ноги на каблук вперед, в сторону;</li> <li>- вынесение работающей ноги на каблук с фиксацией ее на щиколотке в начале и в конце движения.</li> </ul> <p>2. Подскоки на месте:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- с поджатыми ногами (колени вниз);</li> <li>- с поджатыми ногами (колени до груди);</li> <li>- «козелки»;</li> <li>-« разножка».</li> </ul>
9	2	<p>1. Сценические движения и импровизация «Угадай-ка».</p> <p>2. Припадания по 6-ой и 5-ой позиции.</p>
10	2	<p>1. Комбинация «Ковырялочка».</p> <p>2. Элементы русского народного танца</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положение рук: ладонями, с кулачками на талии, руки скрещены на груди, обе руки в стороны;</li> <li>- положение рук в паре: держась за одну руку, за две, под руки, «воротца», «лодочка», «звездочка».</li> </ul>
11	2	1. Комбинация «Гармошечка».
12	2	<p>1.Движение рук:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- раскрывание рук в стороны (правая рука, левая рука, обе вместе);</li> <li>- взмахи платочком (до 3-ей позиции);</li> <li>- руки перед грудью,</li> </ul>
13	2	1.Комбинация «Верёвочка»
14	2	Работа над техникой исполнения комбинаций.
15	2	Подготовка к контрольному уроку.
16	2	Контрольный урок.
<b>4 полугодие</b>		
17	2	Повторение материала за I полугодие.
18-19	4	<p>1. Танец «Валенки» - русский характер</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- топающий шаг;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- приглашение;</li> <li>- выдвигание ноги вперед на пятку;</li> <li>- игра валенками (ударяя ногу о ногу).</li> </ul>
20	2	Работа над исполнением танца «Валенки».
21	2	1. Галоп вокруг себя: по одному, парой, в сочетании с притопом, хлопками. 2. Комбинация «Моталочка»
22-23	4	1. «Танец втроем» <ul style="list-style-type: none"> <li>- простой танцевальный шаг;</li> <li>- хлопки, повороты вокруг себя на полупальцах;</li> <li>- легкие прыжки.</li> </ul>
24-25	4	Работа над техникой исполнения «Танца втроем».
26	2	1. Дробные шаги: <ul style="list-style-type: none"> <li>- дробная дорожка;</li> <li>- дробная дорожка с переменной ног;</li> <li>- дробь с подскоком и ударом одной ногой (каблуком или всей стопой) далее с двумя ударами;</li> <li>- дробь с подскоком и переступанием левой-правой ногой;</li> <li>- «печатка».</li> </ul>
27	2	1. Упражнения лицом к станку <ul style="list-style-type: none"> <li>- опускание на колено и переход с колена на колено по VI позиции.</li> </ul>
28-29	4	1. Танец «Топотуха» - используются ранее выученные движения <ul style="list-style-type: none"> <li>- тройной ход с последующим ударом в пол;</li> <li>- топающий одинарный ход;</li> <li>- «Ковырялочка»;</li> <li>- притопы.</li> </ul>
30-31	4	Работа над техникой и манерой исполнения всех ранее разученных комбинаций и танцев.
32	2	Подготовка к зачету.
33	2	Зачет по предмету.

*Требования к контрольным урокам и зачетам:*

- выполнять комплексы упражнений с учетом индивидуальных особенностей организма;
- сознательно управлять своим телом;
- владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма;
- уметь координировать движения;
- владеть танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание основных элементов классического, народного танцев;
- знание о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыки перестраивания из одной фигуры в другую;
- владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- навыки комбинирования движений;
- навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

А также:

- умение воспроизводить метроритмический узор народной музыки средствами народно-сценического танца и элементарных хореографических средств;
- навык освоения пространства репетиционного и сценического зала, линейное, круговое построение, основные фигуры-рисунки танца, положения в парах и в массовых коллективных номерах;
- умение определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
- умение использовать сюжетные и драматургические элементы в инсценировках песен, хороводов;
- навыки использования самостоятельности, силы воли, развивать их; осознавать значение результатов своего творческого поиска.

### **III. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК**

#### ***1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание***

Оценка качества реализации программы включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся:

*Формы текущего контроля:*

- творческий просмотр постановочных работ;
- зачетные занятия, открытые уроки;
- концерты, публичные выступления

*Формы промежуточной аттестации:*

- контрольные уроки, проводимые в виде творческих показов.

*Итоговый зачет* по предмету (в рамках промежуточной аттестации) проводится при сроке освоения образовательной программы 8(9) лет - во 2

классе (4 полугодие).

*График промежуточной аттестации 8(9) лет*

**Таблица 5**

классы	1		2	
полугодия	1	2	3	4
Вид промежуточной аттестации	Контрольный урок	Зачет	Контрольный урок	Зачет

Программа предусматривает проведение для обучающихся консультации с целью их подготовки к контрольным урокам.

По завершению изучения учебного предмета «Танец» обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

**2. Критерии оценок**

По результатам текущей, промежуточной аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «зачет».

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

*Критерии оценки качества исполнения*

**Таблица 6**

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание и использование методики исполнения изученных движений и т.д.

2(«неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также плохой посещаемости аудиторных занятий
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

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

## **V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

### *Методические рекомендации педагогическим работникам*

При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие у детей танцевальной выразительности. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематической работы, когда ученик от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в двигательно-ритмических упражнениях, постепенно переходит к более сложным, передающим стиль, характер танцев, развитие образа персонажа в сюжетных постановках.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, не допуская перенапряжения детей, не злоупотребляя партерной гимнастикой и прыжковыми движениями. В каждой группе танцев, предложенных для изучения в программе, даны несколько однотипных, что дает возможность выбора подходящего материала в зависимости от местных условий. Широко могут быть использованы этюды, составленные самим педагогом. Очень полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими школьную жизнь, сказочные сюжеты, образы животных, птиц, явления природы.

**Урок.** Урок является основной формой учебного процесса. Урок характеризуется единством дидактической цели, объединяющей содержание деятельности преподавателя и учащихся, определённой структурой, диктуемой каждый раз конкретными условиями и закономерностями усвоения учебного материала. Как часть учебного процесса урок может содержать: организационный момент, восприятие, осознание и закрепление в памяти информации; овладение навыками (на основе усвоенной информации) и опытом творческой деятельности; усвоение системы норм и опыта

эмоционального отношения к миру и деятельности в нём; контроль и самоконтроль преподавателя и учащихся.

При организации и проведении занятий по предмету «Танец» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;
- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

## **VII. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И МУЗЫКАЛЬНОГО МАТЕРИАЛА**

### ***Список методической литературы***

1. Барышникова Т. Азбука хореографии – М., 2001
2. Бекина С. Музыка и движения – М., 1983
3. Боброва Г. Искусство грации – Л., 1986
4. Бриске И. Хореография. Программа – Челябинск, 1995
5. «Дружба народов» Тематическая программа – М., 1986
6. Лисицкая М. Гимнастика и танец – М., 1988
7. Лукьянова Е. Дыхание в хореографии – М., 1979
8. Попова М. Танцуют дети – М., 1989
9. Рекомендации в помощь танцевальным коллективам – Алма – Аты, 1986
10. Ритмика и танец (программа для отделений общеэстетического образования и хореографических отделений школ искусств) – М., 1980
11. Румынские народные танцы – М. 1989
12. Танцы народов севера – М., 1988
13. Танцы народов СССР – М., 1984
14. Танцы рассказывают. Сборник сюжетных танцев для детей – М., 1984



15. Уральская В., Гороховников Г. В ритме вальса – М., 1988
16. Хоровод друзей – М., 1972
17. Школа танцев для детей – СПб., 2010

### ***Список музыкального материала***

1. Гаврилов Ю. «Золотые рыбки»
2. Гужек К. «Егерский марш»
3. Карамышев Б. «У реки»
4. Кудрин Н. «Сапожки русские»
5. Кузнецов Е. «Новые полусапожки»
6. Кузнецов Е. «Уралочка»
7. Полуянов Ю. «Страдания»
8. Рнп «Пойду ль я, выйду ль я»
9. Рнп «Как у наших у ворот»
10. Рнп «Утушка луговая»
11. Рнт «Барыня»
12. Рнт «Варенька»
13. Рнт «Кадриль»
14. Тихонов Б. «Карело-финская полька»
15. Укр. н. т. «Гопак»

### ***Интернет ресурсы***

1. <http://piruet.info>
2. <http://www.monlo.ru/time2>
3. [www. psychlib.ru](http://www.psychlib.ru)
4. [www. horeograf.com](http://www.horeograf.com)
5. [www.balletmusic.ru](http://www.balletmusic.ru)
6. [http ://pedagogic.ru](http://pedagogic.ru)
7. [http:// spo. 1 september.ru](http://spo.1september.ru)
8. <http://www.fizkultura-vsem.ru>
9. <http://www.rambler.ru/>
110. [www.google.ru](http://www.google.ru)
10. [www.plie.ru](http://www.plie.ru)