Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования

ЗАТО Северск

«Детская школа искусств»

**Программа**

**по учебному предмету**

**В.01.УП.01. НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

**дополнительной предпрофессиональной программы в области**

**музыкального искусства**

**«МУЗЫКАЛЬНЫЙ ФОЛЬКЛОР»**

**предметная область**

**ПО.01. МУЗЫКАЛЬНОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**Срок обучения 8(9) лет**

г. Северск

2023

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТО  Педагогическим советом МАУДО ДШИ  Протокол №2 от 22.03.2023 |  |
| Составитель:  Туманова Е.А. | преподаватель хореографических дисциплин высшей квалификационной категории  МАУДО ДШИ |
| Рецензент:  Кармацких Н.В. | преподаватель хореографических дисциплин высшей квалификационной категории  МАУДО ДШИ |

|  |  |
| --- | --- |
| Рецензент:  Осташевская Е.А. | преподаватель хореографических дисциплин высшей квалификационной категории  [ОГАПОУ ГКСКТИИ](http://gkskti.ru/) |

**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.*

*- Цели 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 литературы**

**I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области музыкального искусства «Музыкальный фольклор».

Учебный предмет «Народно-сценический танец» является вариативной частью и направлен на воспитание чувства патриотизма и любви к Родине через изучение народного творчества; воспитание чувства уважения к старшему поколению и почитания народных традиций как источника красоты и жизненной силы; воспитание бережного отношения к фольклору как к источнику народной мудрости, исторической культурной ценности народа, осознание фольклора как неотъемлемой части общечеловеческой культуры; овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира и Российской Федерации.

Программа ориентирована на:

* воспитание и развитие у обучающихся личностных качеств, позволяющих уважать и принимать духовные и культурные ценности разных народов;
* формирование у обучающихся эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями;
* формирование умения у обучающихся самостоятельно воспринимать и оценивать культурные ценности;
* воспитание детей в творческой атмосфере, обстановке доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, а также профессиональной требовательности;
* выработку у обучающихся личностных качеств, способствующих восприятию в достаточном объеме учебной информации, умению планировать свою домашнюю работу, приобретению навыков творческой деятельности, в том числе коллективного творческого процесса;
* осуществление самостоятельного контроля над своей учебной деятельностью, умение давать объективную оценку своему труду, формирование навыков взаимодействия с преподавателями и обучающимися в учебном процессе.

Программа реализуется в процессе обучения детей в школе искусств, и помимо образовательных задач решает задачи возрождения фольклорного творчества как одной из важных составляющих национальной художественной культуры.

Содержание учебного предмета «Народно-сценический танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика». Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая группы мышц. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения

русских народных танцев, необходимые для исполнения русских народных песен, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

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

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с шести лет шести месяцев составляет 8 лет. Для поступающих в образовательное учреждение, реализующее основные предпрофессиональные образовательные программы в области музыкального искусства, срок обучения может быть увеличен на 1 год.

***3. Объем учебного времени***, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Народно-сценический танец»:

***Таблица 1***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид учебной работы, учебной нагрузки** | **Год обучения класс** | |
| **1-8 класс** | **9 класс** |
| Максимальная нагрузка  в часах | 395 | 33 |
| Аудиторные занятия  (в часах) | 329 | 33 |
| Общее количество часов на аудиторные занятия | 362 | |

***4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:***

Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповые занятия, численность группы от 4 до10 человек, рекомендуемая продолжительность урока- 40 минут.

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

психологические особенности.

***5. Цель и задачи учебного предмета***

**Цель:**

развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей обучающихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов русских народно-сценических танцев, танцевальных композиций в соответствии с ФГТ, а также выявление наиболее одаренных детей и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области музыкального искусства «Музыкальный фольклор».

**Задачи:**

• обучить основам народного танца;

• развивать танцевальную координацию;

• обучить выразительному исполнению и эмоциональному раскрепощению в танцевальной практике;

• развивать умения танцевать в группе;

• развивать сценический артистизм;

• развивать дисциплинированность;

• формировать волевые качеств.

***6. Обоснование структуры программы 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:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);

- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);

- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);

- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

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

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

Материально - техническая база Детской школы искусств соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

МАУДО ДШИ располагает материально-технической базой для реализации программы «Музыкальный фольклор», обеспечивает проведение всех видов занятий, концертно-творческой деятельности обучающихся для достижения обучающимися результатов, установленных федеральными государственными требованиями.

Минимально необходимый для реализации программы учебного предмета перечень учебных аудиторий и материально-технического обеспечения включает учебные аудитории для индивидуальных, мелкогрупповых и групповых занятий. МАУДО ДШИ обеспечено наличием музыкальных инструментов (рояль, пианино, цифровое пианино, синтезатор), соответствующим оборудованием. Учебные аудитории со звукоизоляцией имеют площадь не менее 2 м2 на одного обучающегося.

**Учебные аудитории для реализации учебного предмета «Народно-сценический танец»**

**Таблица 2**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Учебная аудитория | | Площадь  (м2) | Оснащение |
| Корпус № 1 | № 21 | 45,7 | - фортепиано – 1 шт.;  - баян – 1 шт.;  - шумовые и фольклорные инструменты;  - пюпитр – 1 шт.;  - музыкальный центр;  - столы и стулья ученические, соответствующие возрасту обучающихся;  - стол письменный;  - стулья;  - школьная доска;  - учебная, нотная и учебно-методическая литература;  - фонотека;  - дидактические пособия;  - сценические костюмы;  - реквизит. |

В МАУДО ДШИ 3 концертных зала с концертными роялями, звукотехническим и световым оборудованием:

- корпус № 1 – 2 концертных зала (Большой зал на 380 посадочных мест, Малый зал на 50 посадочных мест);

- корпус № 2 – 1 концертный зал (Зрительный зал на 200 посадочных мест).

**Концертные залы**

**Таблица 3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование оборудования | Место расположения | | Кол-во |
| Концертный рояль | Корпус № 1  Корпус № 2 | Большой зал  Малый зал  Зрительный зал | 5 шт. |
| Ноутбук | Корпус № 1  Корпус № 2 | Большой зал  Малый зал  Зрительный зал | 2 шт. |
| Студийный микрофон | Корпус № 1 | Большой зал  Малый зал | 4 шт. |
| Радиосистема с головной гарнитурой | Корпус № 2 | Зрительный зал | 4 шт. |
| Микрофонная система  беспроводная | Корпус № 1 | Большой зал  Малый зал | 1 шт. |
| Микшерный пульт | Корпус № 1 | Большой зал  Малый зал | 1 шт. |
| Звукотехнический комплекс | Корпус № 1 | Большой зал  Малый зал | 1 шт. |
| Акустическая система | Корпус № 1 | Большой зал  Малый зал | 1 шт. |
| Активная 2-полосная акустическая система | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Акустическая система пассивная | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Акустическая система пассивная | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Активный 18’ сабвуфер, усилительный модуль | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Аналоговый кассетный рекордер | Корпус № 2 | Зрительный зал | 1 шт. |
| Проигрыватель рекордер | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Эквалайзер | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Блок питания  6-канальный | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Компрессор-лимитер экспандер | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Контролер Активных Акустических систем | Корпус № 2 | Зрительный зал | 1 шт. |
| Кроссовер (стерео) | Корпус № 2 | Зрительный зал | 1 шт. |
| Подавитель акустической обратной связи | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Процессор эффектов | Корпус № 2 | Зрительный зал | 1 шт. |
| Радиомикрофон одноантенный (пара) | Корпус № 2 | Зрительный зал | 1 шт. |
| Радиосистема SHURE | Корпус № 2 | Зрительный зал | 3 шт. |
| Радиосистема беспроводная | Корпус № 2 | Зрительный зал | 6 шт. |
| Усилитель | Корпус № 2 | Зрительный зал | 2 шт. |
| Световое оборудование (комплект) | Корпус № 1  Корпус № 2 | Большой зал  Зрительный зал | 2 шт. |
| Подставки для хора | Корпус № 1  Корпус № 2 | Большой зал  Зрительный зал | комплект |

В МАУДО ДШИ соблюдаются своевременные сроки текущего и капитального ремонта учебных помещений, создаются условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов. МАУДО ДШИ обеспечивает выступления учебных ансамблевых коллективов в сценических костюмах.

**II. Содержание учебного предмета**

***1. Сведения о затратах учебного времени***, предусмотренного на освоение учебного предмета «Народно-сценический танец», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:

***Таблица 4***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Распределение по годам обучения | | | | | | | | |
| Классы | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Продолжительность  учебных занятий (в неделю) | 32 | 33 | 33 | 33 | 33 | 33 | 33 | 33 | 33 |
| Количество часов на  аудиторные занятия  в неделю (из вариативной части) | 1 | 1 | 1 | 1 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1,5 | 1 |
| Общее количество  часов на аудиторные  занятия (из вариативной части) | 329 | | | | | | | | 33 |
| 362 | | | | | | | | |

Аудиторная нагрузка по учебному предмету вариативной части образовательной программы в области музыкального искусства «Музыкальный фольклор» распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

***2. Годовые требования по классам.***

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;

- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;

- ознакомление с рисунком народно-сценического танца особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

- ознакомление со средствами создания образа.

**1-2 год обучения**

***Азбука музыкального движения***

* Контрастная музыка (быстрая – медленная, веселая – грустная), отражение ее в движениях;
* Ориентация в пространстве;
* Построения и перестроение;
* Построение музыкальной фразы;
* Танцевально-игровые импровизации.

**По окончании 1-2 года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

- уметь отразить в движениях характер музыки;

- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;

- знать логику поворотов «вправо», «влево»;

- уметь определять построение музыкальной фразы.

**3-4 год обучения**

***Основы детского фольклорного танца***

* Музыкально-двигательные упражнения на основе танцевального фольклора.
* Элементы детской фольклорной хореографии.
* Музыкальные игры и танцевальный фольклор.
* Фигуры детских хороводов.

**По окончании 3-4 года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;

- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;

- формирование координации движений;

- эмоционально-активное восприятие фольклорного материала.

**5-6 год обучения**

***Жанры фольклорной хореографии***

* Хороводы: орнаментальные, игровые.
* Кадрили: круговые, смешанные.
* Пляски: сольные пляски, парная пляска, перепляс.

**По окончании 5-6 года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

***-*** исполнение движений естественно, непринужденно, выразительно;

- активно реагировать на музыку;

- образно передавать в движениях настроение, чувства;

- последовательное соединение пения, движения, игры на шумовых инструментах.

**7-8 год обучения**

***Хореография Сибирского фольклора***

* Особенности фольклорной хореографии в игровых песнях Сибири.
* Сибирские кадрили.
* Сибирские лирические хороводы.

**По окончании 7-8 года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

**-** Особенности фольклорной хореографии в игровых песнях Сибири.

- Освоение песенно-танцевальной традицией, носящей синкретический характер.

- Единый комплекс игры, театра, пения, танца, инструментального творчества через эпизоды и сцены из обрядов, праздников.

- Сибирский лирический хоровод.

**9 год обучения**

***Фольклорная хореография и народный календарь***

* Осенние хороводы и игрища.
* Пляски ряженых на Святочном гулянии.
* Круговые хороводные игры, кадрили.
* Весенние хороводы и игрища.
* Свадебные пляски и хороводы.

**По окончании 7-8 года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

- единство навыков пения и движения;

- импровизация;

- основ народного театра;

- свадебные пляски и хороводы.

**III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценический танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

- знание балетной терминологии;

- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;

- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

- знание средств создания образа в хореографии;

- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;

- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;

- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;

- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;

- умение понимать и исполнять указания преподавателя;

- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;

- навыки музыкально-пластического интонирования;

а также:

- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;

- владение техникой исполнения программных движений в танцевально-сценической практике;

- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;

- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;

- применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

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

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

Оценка качества реализации программы "Народно-сценический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость обучающихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков и зачетов.

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

По итогам контрольных уроков и зачетов выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

***2. Критерии оценок***

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

*Критерии оценки качества исполнения.*

По итогам исполнения программы на контрольном уроке (зачете) выставляется оценка по пятибалльной шкале:

***Таблица 5***

|  |  |
| --- | --- |
| Оценка | Критерии оценивания выступления |
| 5 («отлично») | методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально  грамотное и эмоционально-выразительное  исполнение пройденного материала, владение  индивидуальной техникой вращений. |
| 4 («хорошо») | возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техничное |
| 3 («удовлетворительно») | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая  техническая подготовка, малохудожественное  исполнение, невыразительное исполнение  у станка, на середине зала, невладение вращательной техникой |
| 2 («неудовлетворительно») | комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой |
| «зачет» (без отметки) | «зачет» (без отметки) отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения. |

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

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

• оценка годовой работы ученика;

• оценка на экзамене;

• другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

**V. Методическое обеспечение учебного процесса**

***Методические рекомендации педагогическим работникам***

В работе с обучающимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика:

интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;

- систематичность и регулярность занятий;

- постепенность в развитии танцевальных возможностей обучающихся;

- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.

2. Экзерсис на середине класса.

3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца.

Преподавание народно-сценического танца заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники народно-сценического танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

**Обоснование методов организации образовательного процесса, самостоятельной работы обучающегося**

Планирование внеаудиторной деятельности связано с методическими мероприятиями предусмотренными планами творческой и культурно-просветительской деятельности МАУДО ДШИ, а также с творческими замыслами преподавателя (выступления на конкурсах, фестивалях, творческих вечерах и др.).

Внеаудиторная самостоятельна работа обучающихся осуществляется в соответствии с программой внеклассно-воспитательной работы и внеурочной деятельности «ДЕЛУ - ВРЕМЯ, ПОТЕХЕ - ЧАС» для обучающихся по дополнительным предпрофессиональным программам в области музыкального искусства «Фортепиано», «Струнные инструменты», «Народные инструменты», «Духовые и ударные инструменты», «Хоровое пение», «Хореографическое творчество».

Объем самостоятельной работы определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания, параллельного освоения детьми программы начального и основного общего образования, с опорой на сложившиеся в МАУДО ДШИ педагогические традиции и методическую целесообразность, а также индивидуальные способности обучающегося.

Периодичность занятий – каждый день; объем самостоятельных занятий в неделю – от 2 до 4 часов.

На первых этапах обучения важную роль играет сотрудничество с родителями (законными представителями) обучающихся. Серьёзное, заинтересованное отношение родителей (законных представителей) к обучению ребёнка благотворно сказывается на конечном результате обучения. Тесное взаимодействие преподавателя и родителей (законных представителей) устанавливается через организацию родительских собраний, индивидуальных бесед, проведение открытых уроков, классных концертов и других мероприятий. В результате такого сотрудничества родители (законные представители) становятся активными помощниками для своего ребёнка, включаются в организацию и грамотное планирование самостоятельных (домашних) занятий, способствуют достижению наиболее успешных результатов.

Самостоятельная работа осуществляется при условии обеспечения полной безопасности для здоровья. Педагог строго запрещает выполнять вне занятия некоторые разделы программы. Это такие разделы, как сценическая акробатика, сценический бой, специальные сценические навыки.

В самостоятельную работу обучающихся входит составление индивидуального тренинга, отработка элементов жонглирования и работа с предметами (например, с тростью).

Полезен и, подчас, необходим просмотр видеозаписей по рекомендации педагога. Это могут быть записи пластических и танцевальных спектаклей.

Индивидуальный тренинг может состоять из:

- растягивающих и вытягивающих упражнений;

- упражнений вращательных;

- упражнений на развитие координации;

- упражнений на чувство баланса;

- упражнений на развитие прыгучести

**VI. Список литературы**

1. Богданов, Г.Ф. Работа над музыкально-танцевальной формой хореографического произведения. Ч. 4. Вып. 1. [Текст]: учебно-методическое пособие / Г.Ф. Богданов. - М.: ВЦХТ, 2008. - 144 с.
2. Гавликовский, Н.Л. Руководство для изучения танцев [Текст] / Н.Л. Гавликовский. - 4-е изд., испр. - СПб.: Лань; Планета музыки, 2010. - 256 с.
3. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для ВУЗов культуры и искусств. [Текст] / Г.П.Гусев. – М.: Гуманит. Изд. Центр Владос, 2003. – 208 с.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды [Текст]: Учебное пособие для вузов / Г.П. Гусев. - Котельнич: Владос, 2004. - 232 с.
5. Зацепина, К.С. Народно-сценический танец: Учеб. – метод. пособие [Текст]/ К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер, Н. Толстая, Е. Фарманянц. – М.: Искусство, 1976. – 223 с.
6. Климов, А.А. Основы русского народного танца [Текст]: Учебник для студентов вузов искусств и культуры / А.А. Климов. - 3-е изд. - Котельнич: Изд-во МГУКИ, 2004. - 320 с.
7. Методика работы с хореографическим коллективом [Текст]: учебно-методическое пособие / Сост. Э.И. Герасимова, КОКК. - Киров, 2010. - 36 с.
8. Томилин, Д.В. Хлопушки [Текст]: метод. пособие. /Д.В.Томилин - М.: Век информации, 2010. – 29с.: ил.
9. Устинова, Т.А. Русский народный танец [Текст] / Т.А. Устинова. - М.: Искусство, 1976. - 152 с.
10. Устинова, Т.А. Избранные русские народные танцы [Текст] / Т.А. Устинова. - М.: Искусство, 1996. - 592 с.:ил.
11. Фоменко, И.М. Основы народно-сценического танца [Текст]: Учебное пособие для высших и средних профессиональных заведений / И.М. Фоменко. - Орел: Орловский ГИИиК, 2002. - 274 с.
12. Хореографическая педагогика [Текст]: вопросы муз. воспитания, актерского искусства и режиссуры; худож. оформление танца; хореогр. работа с детьми / Гум. ун-т профсоюзов СПБ. - Киров: Диамант, 2007. - 116 с.