


Краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Алтайский краевой дворец творчества детей и молодежи»

Принята на методическом совете
Протокол №2 от 31.08.2023 г.

Утверждена приказом
№ 164 от 31.08.2023 г.
Директор КГБУДО «АКДТДиМ»
 Н.В. Новичихина

**Рабочая программа по предмету «Народный женский танец»
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Беречь красоту русского танца»
ансамбля русского танца «Светлячки»
на 2023-2024 учебный год**

Возраст обучающихся 7-25 лет
Форма обучения (очная)

Составители – Кучеренкова Татьяна Петровна, Акулова
Галина Ивановна, педагоги дополнительного
образования

Барнаул - 2023

В младшем составе ансамбля русского танца «Светлячки» (гр. № 5,6,) занимаются дети в возрасте от 7 до 9 лет с нагрузкой 1 час в неделю. По количеству участников группы стабильны (12 детей). В данной группе материал предоставляется в форме тренировочных упражнений и танцевальной лексики классического и русского танцев, мужского и женского, теоретической и практической части, сводных и постановочных репетиций, что способствует развитию танцевальных навыков обучающихся. Младший состав ансамбля – это определённый набор номеров (5-7 постановок), индивидуальная работа с солистами, конкурсы, концерты, участие в профильных сменах.

Целью обучения является культурное развитие детей во всех направлениях (общефизическое, профессиональное, эстетическое), а также вовлечение детей младшего возраста в творческий процесс коллектива.

Дети младшего школьного возраста отличаются большой подвижностью, но в отличие от дошкольников уже могут выдержать большую физическую нагрузку. У них достаточно развиты первоначальные двигательные навыки, внимание более сконцентрировано, поэтому занятия для них удлиняются, а задания усложняются. Дети младшего школьного возраста попадают сразу к двум-трём педагогам, ведущим разные предметы. Исходя из нескольких предметов к концу года ребёнок должен уметь:

1. ориентироваться в пространстве,
2. чувствовать ракурс и позу,
3. знать музыкальный размер,
4. уметь отражать в движениях характер музыки,
5. усвоить позиции рук и ног
6. знать разнообразные танцевальные комбинации

Учебно-тематический план (5, 6 группы)

НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. Методика проучивания основных движений экзерсиса народно – сценического танца.	8	2	6
2. Правила исполнения основных движений экзерсиса народно – сценического танца.	10	2	8
3. Методика проучивания вращений по диагонали.	10	2	8
4. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Белоруссии.	8	2	6
ИТОГО:	36	8	28

Календарно-тематический план 5, 6 группы (ср.)

№п /п	наименование разделов, тем	кол-во часов	дата проведения	форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктажи. Итоговое занятие.	2	20.09.2023 27.09.2023	беседа, зачёт
2.	Методика проучивания основных движений экзерсиса народно – сценического танца. Правила исполнения упражнений в сочетании с музыкальной раскладкой, характером музыкального сопровождения.	4	04.10.2023 11.10.2023 18.10.2023 25.10.2023	визуальное наблюдение, мониторинг
3.	Правила исполнения основных движений экзерсиса народно – сценического танца. Знакомство с терминологией. Проучивание упражнений у станка: Деми и гранд плие (исполняется по выворотным позициям, переход из позиции в позицию через развороты одной или 2-х стоп.). • Батман тандю с выносом на каблук. • Батман тандю жете с деми плие. • Подготовка к ронд де жамб партер. • Малый каблучный. • Батман фондю. • Подготовка к “веревочке” с подъемом на полупальцы. • Упражнение для бедра (поворот бедра внутрь и наружу) на полной стопе, на полупальцах. • Подготовка к флик фляку. • Упражнение на выстукивание по 6-ой позиции: чередование ударов полупальцами; чередование ударов каблуками; чередование ударов полупальцами и каблуками. • Батман девлепе (плавный). • Гранд батман жете (исполняется как в классическом танце).	16	01.11.2023 08.11.2023 15.11.2023 22.11.2023 29.11.2023 06.12.2023 13.12.2023 20.12.2023 27.12.2023 10.01.2024 17.01.2024 24.01.2024 31.01.2024 07.02.2024 14.02.2024 21.02.2024	мониторинг
4.	Методика проучивания вращений по диагонали: •Tour chaine •«Блинчики» (с поджатыми и вытянутыми ногами) • «Бегунок» •Вращение «носок-каблук»	6	28.02.2024 06.03.2024 13.03.2024 20.03.2024 27.03.2024 03.04.2024	зачёт

	Практика: •Упражнения для закрепления мышечного корсета •Упражнения для выработки силы рук во время поворота •Упражнения для проучивания всех видов вращений по диагонали.			
5.	Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Белоруссии. Теория: • Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских и парных танцах. • Основные ходы и движения. • Расположения танцующих в паре. • Рисунки. Практика: • Проучивание белорусских комбинаций • Белорусский этюд «Бульба»	8	10.03.2024 17.03.2024 24.03.2024 02.05.2024 (пер. с 01.05) 08.05.2024 15.05.2024 22.05.2024 29.05.2024	зачёт
	Итого:	36 ч.		

В среднем составе ансамбля русского танца «Светлячки» (гр. №7, 8) занимаются дети в возрасте от 10 до 14 лет с нагрузкой 1 час в неделю. По количеству участников группы стабильны (12 детей). Дети уже многого достигли, поэтому большое внимание уделяется технике исполнения, усложнённому лексическому материалу. Материал выдаётся в соответствии с возрастом в форме тренировочных упражнений и танцевальной лексики классического и русского танцев, женского и мужского танцев, теоретической и практической части, сводных и постановочных репетиций, что способствует развитию танцевальных навыков обучающихся. Средний ансамбль участвует в концертах, конкурсах.

Целью обучения является формирование творческого воображения и художественного вкуса через высокий уровень сценического мастерства и исполнительской культуры.

Дети среднего школьного возраста отличаются большой подвижностью и могут выдержать большую физическую нагрузку. У них достаточно сконцентрировано внимание, поэтому занятия для них удлиняются, а задания усложняются. Дети среднего школьного возраста попадают сразу к трём-четырёх педагогам, ведущим разные предметы. Исходя из нескольких предметов к концу года ребёнок должен уметь:

- ☐ профессионально исполнять движения, сохранять танцевальную осанку и манеру, владеть движениями стопы;
- ☐ уметь правильно и методически верно исполнить экзерсис у станка;
- ☐ исполнять движения в характере музыки (четко, сильно медленно, плавно, задорно, игриво и т.д.);
- ☐ исполнять движения русского танца с сохранением характера музыки, грамотно, выразительно;
- ☐ исполнять движения в характере русских хороводов (владеть мягкой пластикой рук, головы, корпуса) и русских плясок (собранный корпус, легкие и четкие подвижные ноги).

Учебно-тематический план

НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. Методика проучивания основных движений экзерсиса народно – сценического танца.	8	2	6
2. Правила исполнения основных движений экзерсиса народно – сценического танца.	8	2	6
3. Методика проучивания вращений по кругу.	8	2	6
4. Методика проучивания дробей в продвижении.	6	2	4
5. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Украины.	6	2	4
ИТОГО:	36	10	26

Календарно-тематический план 7,8 группы (ср.)

№п /п	наименование разделов, тем	кол-во часов	дата проведения	форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктажи. Итоговое занятие.	4	20.09.2023 27.09.2023 22.05.2024 29.05.2024	беседа
2.	Методически разработанная система изложения правил исполнения упражнений в сочетании с характером музыкального материала и музыкальной раскладкой. Выполнение упражнений и танцевальных комбинаций по теме. (выборочно)	4	04.10.2023 11.10.2023 18.10.2023 25.10.2023	визуальное наблюдение, мониторинг
3.	Знакомство с терминологией и методикой исполнения движений. ПРОУЧИВАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ У СТАНКА <ul style="list-style-type: none"> • Деми и гранд плие. • Батман тандю с выносом на каблук. 	8	01.11.2023 08.11.2023 15.11.2023 22.11.2023 29.11.2023 06.12.2023 13.12.2023	мониторинг

	<ul style="list-style-type: none"> • Батман тандю жете с деми плие, с пурлипе. • Ронд де жамб партер. • Малый каблучный с притопом. • Батман фондю с поворотом корпуса. • “Веребочка” с подъемом на полупальцы. • Флик- фляк. • Упражнение на выстукивание по 6-ой позиции: чередование ударов полупальцами; чередование ударов каблуками; чередование ударов полупальцами и каблуками. • Батман девлепе (отрывистый). • Гранд батман жете. • Одинарное и двойное заключение. • Голубцы с двойным ударом в прыжке по 6-ой позиции. 		20.12.2023	
4.	<p>Виды preparation. Методика проучивания вращений по кругу: «Бегунок» «Блинчики» «Трилистник» Chaine Комбинированные вращения (на усмотрение педагога)</p>	8	27.12.2023 10.01.2024 17.01.2024 24.01.2024 31.01.2024 07.02.2024 14.02.2024 21.02.2024	зачёт
5.	<p>Методика проучивания и исполнения дробей в продвижении» «Дробный ход» «Переменный дробный ход» «Мелкий дробный ход на всей ступне» «Дробный боковой ход» «Мелкий дробный ход с каблука» «Дробный ход с ударами каблуком и подушечкой стопы» «Трилистник» «Трилистник» с двумя притопами</p>	6	28.02.2024 06.03.2024 13.03.2024 20.03.2024 27.03.2024 03.04.2024	зачёт
6.	<p>Танцы народов Украины. Знакомство. Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских и парных танцах. Основные ходы и движения. Просмотр видео и проучивание основных комбинаций: “Веснянка”, “Гопак”, “Метелица”, “Ползунок” и др.</p>	6	10.03.2024 17.03.2024 24.03.2024 02.05.2024 (пер. с 01.05) 08.05.2024 15.05.2024	

•Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских, парных и массовых танцах.			
• Основные ходы и движения. Расположение танцующих в паре.			
Итого:	36 ч.		

В старшем составе ансамбля русского танца «Светлячки» (гр. №9, 10, №11, 12) занимаются дети в возрасте от 15 до 18 лет с нагрузкой 2 часа в неделю. По количеству участников группа стабильна (12-16 детей). Это основной действующий состав ансамбля. Ансамбль имеет свой репертуар, который ежегодно обогащается концертными номерами из «золотого фонда» коллектива, а также новыми постановками. Старший ансамбль активно участвует в концертах, фестивалях и конкурсах. На базе ансамбля проводятся краевые семинары хореографов, открытые занятия. Ребята уже многого достигли, поэтому большое внимание уделяется манере исполнения русского танца, технике, усложнённому лексическому материалу. Материал выдаётся в форме тренировочных упражнений и танцевальной лексики классического и русского танцев, теоретической и практической части, сводных и постановочных репетиций.

Целью обучения является формирование творческого воображения и художественного вкуса через высокий уровень сценического мастерства и исполнительской культуры. Ребята старшего школьного возраста попадают сразу к четырём педагогам, ведущим разные предметы: классический танец, русский танец, мужской танец и композиция. Кроме того, огромное значение отводится репетициям. Исходя из нескольких предметов к концу года ребёнок должен:

- знать методику исполнения проученных движений у станка и на середине, знать правила исполнения прыжков.
- уметь показать развернутый этюд или парный танец на пройденном материале.
- профессионально исполнять движения, сохранять танцевальную осанку и манеру, владеть движениями стопы;

НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Средней Азии. Туркменский танец.	14	4	10
2. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Средней Азии. Грузинский танец.	14	4	10
3. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Казахстана.	14	4	10
4. Освоение техники, стиля и манеры	14	4	10

исполнения основных элементов народных танцев Кавказа.			
5. Парный танец.	16	4	12
ИТОГО:	72	20	52

Календарно-тематический план 9, 10, 11, 12 группы (пн,чт.)

№п /п	наименование разделов, тем	кол-во часов	дата проведения	форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктажи. Итоговое занятие.	4	18.09.2023 21.09.2023 30.05.2024 31.05.2024	беседа
2.	Туркменский танец: Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских танцах. Основные положения и движения рук. Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты. Знакомство с туркменским национальным танцем «Куштдепди», туркменским народным танцем «Чепак»	12	25.09.2023 28.09.2023 02.10.2023 05.10.2023 09.10.2023 12.10.2023 16.10.2023 19.10.2023 23.10.2023 26.10.2023 30.10.2023 02.11.2023	визуальное наблюдение, мониторинг
3.	Грузинский танец: Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских танцах. Основные ходы и движения. Движения кистей рук. Основные положения и движения рук. Движения головы. Перегибы корпуса. Знакомство с грузинскими танцами: «Лезгинка», женским народным танцем «Нарнари»	12	06.11.2023 09.11.2023 13.11.2023 16.11.2023 20.11.2023 23.11.2023 27.11.2023 30.11.2023 04.12.2023 07.12.2023 11.12.2023 14.12.2023	мониторинг
4.	Народные танцы Казахстана: основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских танцах. Основные ходы и движения. Движения кистей рук. Основные положения и движения рук. Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты. Хороводно-игровой танец «Кара кулак» Девичий танец «Шалкыма»	14	18.12.2023 21.12.2023 25.12.2023 28.12.2023 11.01.2024 15.01.2024 18.01.2024 22.01.2024 25.01.2024 29.01.2024 01.02.2024	зачёт

			05.02.2024 08.02.2024 12.02.2024	
5.	Народные танцы Кавказа: Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских, мужских и парных танцах. Основные ходы и движения. Движения кистей рук. Основные положения и движения рук. Танец городской знати «Давлури» Танец трёх граций «Самая»	14	15.02.2024 19.02.2024 22.02.2024 26.02.2024 29.02.2024 04.03.2024 07.03.2024 11.03.2024 14.03.2024 18.03.2024 21.03.2024 25.03.2024 28.03.2024 01.04.2024	зачёт
6.	Парный танец. Варианты построения парных танцев. Особенности взаимоотношений партнеров. Основные положения рук и корпуса в паре. Манера исполнения. Выразительность. •Русский народный парный танец «Кадриль» •Польский народный парный танец «Оберек» •Литовский народный парный танец «Клумпакоис» •Испанский народный парный танец «Болеро» •Грузинский народный парный танец «Картуки»	16	04.04.2024 08.04.2024 11.04.2024 15.04.2024 18.04.2024 22.04.2024 25.04.2024 29.04.2024 02.05.2024 06.05.2024 10.05.2024 (пер. с 09.05) 13.05.2024 16.05.2024 20.05.2024 23.05.2024 27.05.2024	визуальное наблюдение
	Итого:	72 ч.		

В группе № 13 (продвинутый) старший состав ансамбля русского танца «Светлячки» занимаются юноши и девушки в возрасте от 19 до 25 лет с нагрузкой 2 часа в неделю. По количеству участников группа стабильна (12-14 детей). Эта группа также является основным действующим составом ансамбля. Именно на этой группе демонстрируются открытые занятия для педагогов края в рамках семинаров для хореографов, мастер-классы для профильных лагерей, занятия в рамках аттестации педагогов ансамбля. Ребята активно участвуют в концертах, фестивалях и конкурсах всероссийского и международного уровней. Ансамбль имеет свой репертуар, который ежегодно обогащается концертными номерами из «золотого фонда» коллектива, а так же новыми постановками. Ребята уже многого достигли, поэтому большое внимание уделяется манере исполнения русского танца, технике, усложнённому лексическому материалу.

Целью обучения является формирование творческого воображения и художественного вкуса через высокий уровень сценического мастерства и исполнительской культуры.

НАЗВАНИЕ ТЕМЫ	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА
1. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Польши.	14	4	10
2. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Болгарии.	12	4	8
3. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Италии.	14	4	10
4. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Чехии и Словакии.	16	4	12
5. Освоение техники, стиля и манеры исполнения основных элементов народных танцев Латинской Америки (Мексика, Аргентина, Португалия)	16	4	12
ИТОГО:	72	20	52

Календарно-тематический план 13 группы (пн., чт.)

№п /п	наименование разделов, тем	кол-во часов	дата проведения	форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктажи. Подготовка и проведение итогового занятия.	4	18.09.2023 21.09.2023 30.05.2024 31.05.2024	беседа
2.	Основные элементы народных танцев Польши. Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских и парных танцах. Ходы и движения на месте. Движения рук. Вращения. «Полонез», «Мазурка», «Оберек», «Куявяк», «Краковяк»	14	25.09.2023 28.09.2023 02.10.2023 05.10.2023 09.10.2023 12.10.2023 16.10.2023 19.10.2023 23.10.2023 26.10.2023 30.10.2023 02.11.2023 06.11.2023 09.11.2023	визуальное наблюдение, мониторинг
3.	Основные элементы народных	12	13.11.2023	мониторинг

	танцев Болгарии. Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских и парных танцах. Основные ходы и движения. Движения рук в массовых танцах. «Хоро» («Хора»), «Рыченицы», «Гинка», «Бургас»		16.11.2023 20.11.2023 23.11.2023 27.11.2023 30.11.2023 04.12.2023 07.12.2023 11.12.2023 14.12.2023 18.12.2023 21.12.2023	
4.	Основные элементы народных танцев Италии. Основные положения корпуса, ног, рук и головы. Основные ходы и движения. Основные положения в паре. Прыжки. Навыки владения тамбурином. «Сальтарелла», «Тарантелла», «Бергамаска»	14	25.12.2023 28.12.2023 11.01.2024 15.01.2024 18.01.2024 22.01.2024 25.01.2024 29.01.2024 01.02.2024 05.02.2024 08.02.2024 12.02.2024 15.02.2024 19.02.2024	зачёт
5.	Основные элементы народных танцев Чехии и Словакии. Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских и парных танцах. Основные ходы и движения. Основные положения в паре. Поддержки. Чешский народный парный танец «Фуриант». Словацкий народный танец «Чардаш»	14	22.02.2024 26.02.2024 29.02.2024 04.03.2024 07.03.2024 11.03.2024 14.03.2024 18.03.2024 21.03.2024 25.03.2024 28.03.2024 01.04.2024 04.04.2024 08.04.2024	зачёт
6.	Основные элементы народных танцев Латинской Америки (Мексика, Аргентина, Португалия). Основные положения корпуса, ног, рук и головы в женских и парных танцах. Основные ходы и движения. Основные положения в паре. Основные рисунки. Мексиканский танец «Воладор» Мексиканский танец «Халиско» Мексиканский танец «Герреро» Фольклорный аргентинский танец «Маламбо»	14	11.04.2024 15.04.2024 18.04.2024 22.04.2024 25.04.2024 29.04.2024 02.05.2024 06.05.2024 10.05.2024 (пер. с 09.05) 13.05.2024 16.05.2024 20.05.2024	визуальное наблюдение

Национальный фольклорный аргентинский танец «Замба» Португальский народный танец «Фолия» Португальский танец «Фанданго»		23.05.2024 27.05.2024	
Итого:	72 ч.		

Педагог дополнительного образования
Педагог дополнительного образования

Кучеренкова Т.П.
Акулова Г.И.