

«ФОЛЬКЛОРНАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

*Возраст учащихся: 8 – 16 лет
Срок реализации программы: 7 лет*



*Автор программы:
Синёва Наталья Владимировна –
педагог дополнительного образования*

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка.....	2
Содержание программы	7
Первый год обучения.....	10
Второй год обучения.....	13
Третий год обучения.....	16
Четвёртый год обучения.....	19
Пятый год обучения.....	22
Шестой год обучения.....	25
Седьмой год обучения.....	28
Требования к уровню подготовки учащихся.....	31
Формы и методы контроля, критерии оценок.....	31
Методическое обеспечение учебного процесса.....	33
Использованная литература.....	35

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Фольклорная хореография» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учётом многолетнего педагогического опыта работы с фольклорными коллективами в области исполнения народных песен с элементами хореографии в детских музыкальных школах, школах искусств, учреждениях дополнительного образования.

Программа носит художественно – эстетическую направленность, стимулирует творческий потенциал учащихся, развивает художественный вкус детей. Расширяет и обогащает их музыкальный кругозор, способствует повышению культурного уровня.

Наша Костромская земля – обладатель и хранитель не только кристально чистых истоков великой реки – Волги, множества озёр и реликтовых лесов, но и сложившейся веками самобытной традиционной культуры, по праву считающейся одной из древнейших ветвей культуры великорусской. Духовная и нравственная сила этой культуры и в наши дни оказывает благотворное воспитывающее влияние на всех, кто к ней прикасается, сохраняя и оберегая наши традиционно нравственные и жизненные народные ориентиры.

Изучение самобытной уникальной культуры наших предков имеет огромное значение в выполнении задач нравственного, патриотического и эстетического воспитания подрастающего поколения.

В патриархальном обществе дети, естественно, были включены и в трудовую жизнь, где без них не могли обходиться, и в традиционную культуру, где у них была своя роль, характерная для прежних времён передача традиции от взрослых детям давно нарушилась. Современная система воспитания и

образования выделила детей из мира взрослых, появились пространственная и психологическая разобщённость работающих родителей и детей, разрыв между «культурой взрослых» и «культурой детей». Нет ни вечерней сказки бабушки, ни колыбельной матери. То, что утеряно обществом в отношении народности образования, необходимо восстановить и переосмыслить в духе времени, которое характеризуется не только ростом национального самосознания народов, но и обострением межнациональных конфликтов.

В этом и заключается актуальность и практическая значимость данной программы. И сегодня каждый раз, прикасаясь к самобытной уникальной культуре наших предков, мы пробуждаем генетическую память, мы закладываем в умы и сердца молодого поколения любовь к родным корням, отношение к Родине, роду, уважение к традициям предков, понимание культуры других народов, осознание необходимости жить в гармонии со вселенной, частью которой являемся мы – человечество.

Как известно, сущность природы человека заключается в созидательном характере его деятельности. Именно эта особенность должна стать объектом постоянной заботы взрослых, ибо именно в детстве проявляется огромная естественная потребность человека в познании мира, в самостоятельном опыте. Трудно найти другой материал, столь же близкий детям по духу и одновременно содержащий огромные воспитательно – обучающие возможности, каким является фольклор.

Наполненные творчеством учебные занятия, органичная связь в них пения, игры, пластики и других видов художественного самовыражения, помогает ребёнку ощутить момент истинного творчества, вкусить его радость, сделать творчество такой же потребностью души, какую испытывают подлинные носители народной культуры.

Изучение традиционной народной культуры является одним из приоритетных направлений работы учреждений дополнительного образования. Изучая фольклор, учащиеся каждый раз могут убедиться в

чистоте и мудрости нашего народа, в красоте и искренности народного танца и народной песни.

Гармоничное соединение в фольклоре пения, танца, игры на народных инструментах и драматического действия открывает большие возможности переключения внимания учащихся с одного вида творчества на другой. Тем самым, фольклор можно рассматривать как один из видов психофизической разгрузки, способствующей физическому развитию детей. Важной частью работы учащихся является изучение и воссоздание предметов крестьянского быта: домашней утвари, народной одежды, вышивки, игрушки, народных музыкальных инструментов. В работу широко вовлечены родители воспитанников. Они становятся не только сотворцами постановок ансамбля, участниками бесед и диспутов о важности ***нравственного, патриотического и духовного воспитания детей средствами традиционного народного искусства***, но и оказывают неоценимую помощь в проведении фольклорных праздников, коллективного посещения концертов, пошиве костюмов.

Тематика и содержание программы «Фольклорная хореография» дают возможность учащимся для развития воображения и фантазии, формирования творческого мышления у детей, их эмоциональной сферы, развития эмпатии, как глубоко нравственной черты человека.

Программа разработана с учётом возрастных особенностей каждого года обучения. Программа построена по концентрическому принципу. Постоянное возвращение к отдельным темам, усложнение упражнений и заданий позволяет комплексно строить занятия, используя материал из разных тем. Таким образом, распределение материала по темам носит условный характер.

Программа позволяет познакомить учащихся с музыкальным фольклором, историей, устным народным творчеством, его обычаями, обрядами, праздниками. Тем самым можно говорить о создании условий для пробуждения генетической памяти детей, глубинного интереса и любви к истории и

традициям своей Родины. Изучение народных традиций способствует формированию творческой личности, развитию мышления, помогает активизации интереса учащихся к истории и культуре своего народа.

Обрести свободу и получить радость творчества, возможность выразить себя через звук, движение, снять напряжение, скованность, зарядиться положительной энергией, стать физически и морально здоровым человеком – в этом главная концепция занятий по программе.

И в заключении хочется сказать, что путь к духовности и нравственности начинается с малой Родины, с приобщения к истокам традиционной культуры, многовековой мудрости народа. Без них нам не выжить, не выстоять: они – наша опора и надежда, наша боль и радость.

Учебная программа по данному курсу предполагает овладение теорией и практикой элементов русского народного танца, приобретение исполнительских навыков. В содержание курса положены основополагающие принципы и особенности народной хореографии: синкретичность, импровизационность, полифоничность, полиритмия, полицентрика и др. При этом используются опубликованные описания танцев, их обработки, материалы фольклорных экспедиций, авторские народно – хореографические номера, учебные кино – и видеоматериалы, посвящённые областным и региональным хореографическим традициям.

Предлагаемая программа рассчитана на семилетний срок обучения.

Возраст детей, приступающих к освоению программы, 8 – 9 лет. Недельная нагрузка по предмету «Фольклорная хореография» составляет 1 час в неделю. Занятия проходят в групповой форме.

Данная программа предусматривает проведение итоговой аттестации в форме экзамена в рамках общего выпускного экзамена по курсу «Музыкальный фольклор». Возможны другие формы завершения обучения. При выборе той

или иной формы завершения обучения образовательная организация вправе применять индивидуальный подход.

Срок реализации учебного предмета

При реализации учебного предмета «Фольклорная хореография», 7 – летнего срока обучения, продолжительность учебных занятий с первого по седьмой годы обучения составляет 35 недель в год.

Сведения о затратах учебного времени

<i>Вид учебной работы, нагрузки, аттестации</i>	<i>Затраты учебного времени</i>														<i>Всего часов</i>
Годы обучения	1-й год		2-й год		3-й год		4-й год		5-й год		6-й год		7-й год		
Полугодия	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
Количество недель	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	
Аудиторные занятия	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	245
Самостоятельная работа	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	16	19	245
Максимальная учебная нагрузка	32	38	32	38	32	38	32	38	32	38	32	38	32	38	490

Форма проведения учебных занятий

Учебный предмет «Фольклорная хореография» проводится в форме групповых занятий, количественный состав групп – от 6 человек, возраст учащихся – от 8 до 16 лет.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Цель:

- приобщение учащихся к культурному наследию своего народа через освоение русского фольклорного танца.

Задачи:

- осваивая движения русского танца, развивать силу, упругость и эластичность мышц, координацию движений, их образность и выразительность, навыки импровизации;
- дать учащимся широкое представление о фольклорном танце различных регионов России и Костромской области.

Структура программы

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 учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок, требования к итоговой аттестации;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

Методы обучения

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

- словесный (объяснение, беседа, рассказ);

- наглядный (показ, просмотр видеоматериалов концертов, конкурсов, прослушивание аудиозаписей исполнителей);
- практический (владение основными элементами народного танца, умение применять их в зависимости от песенного материала);
- выездной урок, посещение выставок, музеев, концертов, праздников и фестивалей народного творчества, а также посещение мастер – классов народных исполнителей и занятий по фольклору в других учебных заведениях, самостоятельная работа учащихся: чтение дополнительной литературы, выполнение творческих заданий, способствующих обогащению эстетического опыта, расширению кругозора, повышению культурного уровня учащихся.

Работа педагога на занятиях по данной дисциплине основывается на целом ряде принципов обучения. Некоторые из них являются общепедагогическими, другие сформировались, благодаря собственному опыту.

Это такие принципы обучения, как:

- Доступность, постепенность (танцевального материала идти от простого к сложному).
- Последовательность (повторять, усложняя).
- Системность (от конкретного факта или набора фактов к системе знаний, от отдельных приёмов исполнительства к созданию художественного образа).
- Востребованность материала (он должен быть технически доступен, образно интересен, сценичен).
- Преемственность (умения и знания передавать «от старших – младшим»).
- Творческий подход (искать пути и формы реализации каждого ученика).

Основная форма проведения занятий – практическое занятие и урок – репетиция.

Типовая схема урока:

I раздел:

- упражнения на развитие и укрепление мышц, развитие пластики.

II раздел:

- упражнения на развитие чувства ритма, чувства непрерывности с помощью таких вспомогательных предметов как скакалка, мяч.

III раздел:

- творческие задания – комплекс упражнений, посредством которых вырабатываются навыки ритмической и двигательной импровизации. Задания строятся от простого материала к более сложному.

IV раздел:

- разучивание и исполнение основных элементов народного танца, фольклорной хореографии. Соединение пения, музыки и движения.

V раздел:

- музыкальные подвижные игры, где происходит развитие пластики, моторики, контактности детей, скоординированности движений и действий, скорость реакции.

Описание материально – технических условий реализации учебного предмета

Материально – техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Специально оборудованное помещение для занятий хореографией; музыкальные инструменты: баян, гармонь, фортепиано; технические средства обучения: видео и аудиоаппаратура, наборы DVD, CD, и другие носители видео и аудиозаписи; зал для проведения праздников и концертов; народные костюмы, сценическая танцевальная обувь.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Раскрепощение учеников, поиск индивидуальной пластики. В первый год особое внимание уделяется отработке и усвоению правильной постановки корпуса, рук, ног, головы.

В игровой форме происходит органичное включение учащихся в схему «увидеть – оценить – повторить». Используется неразрывная связь русской песни и действий, движений, жестов, мимики, которые в простейших песенках – играх (к примеру, «Тёлка чёрненька», «Посмотрите, как у нас-то в мастерской», «Кабачок») дети повторяют за учителем (подражательный характер деятельности), а позднее – предлагают свои индивидуальные решения, фантазируют (творческий характер деятельности).

Усваиваются понятия осанки, шага, пляски, происходит начальная актёрская реализация каждого ребёнка.

Предполагает:

- Постановка корпуса. Виды поклонов.
- Изучение позиций ног в русском танце.
- Изучение основных положений рук.
- Рисунок танца, знакомство с ним. Построение и перестроение в линии, круг, полукруг, в 2, 3 линии и т.д.
- Освоение ритмических и физических упражнений для развития чувства ритма и выносливости мышц.
- Притопы: одинарный, двойной, тройной.
- Знакомство с основными движениями русского народного танца.
- Освоение походок.
- Игровое творчество.

Учебно – тематический план

I полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	• Лицедеи в песнях – играх • Общая координация движения • Основные положения ног • Основные положения рук • Комбинированные положения рук • Обращение с платочком • В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	• Наиболее распространенные положения рук, встречающиеся в танцах: одиночно, в парах, в тройках и четвёрках • Поклоны • Простые шаги • В конце четверти проводится контрольный урок

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	• Переменные шаги, танцевальный бег, ходы • В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	• «Гармошка», «ёлочка», припадание, «ковырялочка» • В конце четверти проводится контрольный урок

Примерный репертуар

I четверть

- «Гусачок» (танцевальный этюд) – работа над корпусом.
- «Барыня» (танцевальный этюд) – притопы одинарные и двойные.
- «Утушка» (танцевальная комбинация) – «ковырялочка», тройной притоп.
- Хоровод «Берёзка» – рисунок танца, пластичность рук.
- Игры на внимание.

2 четверть

- «Калинка» (танцевальный этюд) – смена ритма в музыке.
- «Пойду ль я, выйду ль я» – проходка к песне, навыки импровизации, умение

ориентироваться на сцене.

- «Комарики – комарочки» (движение) – тройной шаг на «пружинке».
- Игры на внимание.
- Обряды и обычаи:
- обряд колядования.

3 четверть

- «Плетень» (танцевальный этюд) – выстукивающие движения; руки.
- «Маков цвет»; «Блоха»; «У нашей у Дуни» (танцевальная комбинация) – корпус, руки.
- Ритмическое упражнение в кругу – смена ритма, хлопки в ладоши, по коленям, хлопушки и т.д.
- Физические упражнения на полу – укрепление мышц корпус, ног, рук, растяжка.
- Игры на ловкость и быстроту.
- «Масленичный обряд».

4 четверть

- «По малину в сад пойдём» – проходка к песне.
- «Я гнала гусей»; «Ой, вставала я ранёшенько» – проходка к песне, навыки импровизации, умение ориентироваться на сцене.
- «Возле озера ходила молода» (хоровод записан в Галичском районе Костромской области) – работа над корпусом, шаг с носка, рисунок, который заводит первый учащийся.
- Музыкальные игры.
- Обряды и обычаи: обычай галичских рыбаков до начала лова «Молить калачи».

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Задача второго года обучения – закрепление ранее полученных знаний и навыков, продолжение изучения танцевальной лексики, освоение основных элементов русского народного танца, с их постепенным усложнением и комбинированием.

Поскольку основу народной хореографии составляет ритм, обучение предполагает отработку ритмических навыков учеников, изучение дробей, «ключей» и ритмических этюдов на этой основе.

Предполагает:

- Физические и ритмические упражнения.
- Дробь – неотъемлемая часть русского танца: дробные и выстукивающие движения, «ключ».
- Походка и дробь – самостоятельная импровизация учащихся в танце.
- Знакомство с группой вращающихся движений.
- Прыжки и припадания.
- Знакомство и освоение основных танцевальных движений Костромской земли.
- Импровизация – как основа фольклорного танца.
- Игровое творчество.
- Освоение игры на деревянных ложках.

Учебно – тематический план

I полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	• Подготовка к дробям: притопы, удары полупальцами, удары каблуком • Дробная дорожка • Дробь с подскоком

	• Трилистник • В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	• Дробь «в две ноги» • Дробь «в три ноги» • Дробные «ключи»: простой «ключ» • В конце четверти проводится контрольный урок

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	• Двойной «ключ» • Сложный «ключ» • Сложный «ключ» с переступанием • В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	• «Маятник», «Моталочка» • Вращения на подскоках и на шагах • Припадание • Освоение игры на деревянных ложках • В конце четверти проводится контрольный урок

Примерный репертуар

1 четверть

- Комплекс упражнений на середине зала и на полу.
- Прыжковая комбинация с припаданиями и вращениями.
- Упражнение с ложками, постановка рук (оркестровая народная музыка).
- Народные игры.

2 четверть

- «Веснянка» (хоровод) – проходка.
- «Пряла наша Дуня»; «По за городу гуляет»; «Как по речке – речке плыли две дощечки» (проходка к песне).
- «Чернобровая – бедовая»; «Крендидюлина» (проходка).
- «Чечётка» (проходка), выстукивающие движения.
- Народные игры.

- Обряды и обычаи:
- ✓ обрядовая картинка на выгон скота «Батюшка Егорий»;
- ✓ обряд колядования.

3 четверть

- «Краковяк» (парный танец).
- «Частушки» (импровизационный танец) сольный.
- «Дробные дорожки» – «ключ», «лёгкая», «двойная».
- «Как на тоненький ледок» (положение рук, основной шаг, «пересек» дробь на пересекание друг друга).
- Упражнение с ложками.
- «В огороде бел козёл» (танец).
- «Я капустицу полола» (танец).
- Народные игры.
- «Масленичный обряд».

4 четверть

- «Ложки деревенские»: соединение навыков игры на ложках с танцевальными движениями и рисунком танца.
- Страдания «Мы с милёночком стояли...» (танец).
- Обряды и обычаи: обычай галичских рыбаков до начала лова «Молить калачи».

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

На третьем году обучения продолжается изучение танцевальной лексики, совершенствование координации, развитие индивидуальных способностей учеников; изучаются различные виды подбивок, разные принципы исполнения «верёвочек»; во втором полугодии танцевальные «слова» складываются во «фразы» – происходит творческое осмысление материала, которым овладели учащиеся, отдельные элементы соединяются в небольшие, а потом и более сложные танцевальные комбинации.

Предполагает:

- Знакомство с основными движениями русского народного танца.
- Знакомство с группой выстукивающих движений.
- Новая группа вращательных движений.
- Знакомство и освоение основных танцевальных движений Костромской земли.
- Импровизация – как основа фольклорного танца.
- Игровое творчество.
- Освоение игры на деревянных ложках.

Учебно – тематический план

І полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	• «Голубец» • «Молоточки» • Импровизация – как основа фольклорного танца • Игровое творчество • В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	• «Веревочка» простая • «Веревочка» двойная • «Веревочка» с переступанием • Короткие танцевальные комбинации • В конце четверти проводится контрольный урок

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	• Повороты • Кружение • Короткие танцевальные комбинации • Знакомство и освоение основных танцевальных движений Костромской земли • Игровое творчество • В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	• Усложненные танцевальные комбинации • «Пересек» • Освоение игры на деревянных ложках • В конце четверти проводится контрольный урок

Примерный репертуар

1 четверть

- Разминка в кругу (постановка корпуса).
- Упражнение для рук (позиции рук).
- Ритмическое упражнение (ритм, хлопки, удары в пол).
- «Ты берёза, ты моя берёза» (хоровод) – шаг с носка, рисунок.
- «Валенки» (руки, характер).
- «Эх, не пыли дорога» (характер).

2 четверть

- «Уж как в Галиче горка крута» (проходка).
- Слова и музыка М. Ёлшиной «Как на озере» (лёгкий шаг – «поступь»), «до – за – до».
- «Бела рыбица» (проходка).
- «Крендидюлина» (дробь «мелкий горох», руки, корпус, умение работать в паре, рисунок танца).
- «Комарик», «Комара женить мы будем» (характер).
- Обряды и обычаи:
 - ✓ обрядовая картинка на выгон скота «Батюшка Егорий»;

✓ обряд колядования.

3 четверть

- «Ой, вы гостыюшки дорогие!» (тройной шаг с подставкой с одной ноги, рисунок танца начинает заводящий).
- «Как у нашей, у Дуни» (шуточная) – руки внизу, притопы ногами, заводящий начинает пляску.
- «Вдоль, да по речке» (рисунок заводит солист).
- «Посеяли лён за рекою» (руки).
- «Масленичный обряд».

4 четверть

- Упражнение с ложками.
- «Вы, ерши», записана в Галичском районе (импровизация на ложках на проигрыш).
- «Спасибо, репа!» (характер).
- Обряды и обычаи: обычай галичских рыбаков до начала лова «Молить калачи».

ЧЕТВЁРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Ученики получают теоретическое и практическое представление о жанровой системе русского народного танца.

Русский народный танец делится на два основных жанра – хоровод и пляска, которые, в свою очередь, состоят из различных видов. Каждый вид объединяет танцы с одинаковыми признаками и структурой исполнения. В жанре хоровода различают два вида – орнаментальные и игровые хороводы. Жанр пляски более многообразен, он состоит как из наиболее древних, традиционных видов – одиночная пляска, парная пляска и т.д., так и из видов, сложившихся в русском танце и вошедших в быт русского человека в более позднее время – кадрили, лансье, полька и др.

Предполагает:

- Специальные упражнения для укрепления мышц корпуса, рук, ног, шеи.
- Основные хороводные проходки.
- Основные плясовые проходки.
- Основные кадрилиные проходки.
- Хороводные рисунки. Круг как основа хоровода.
- Самостоятельная работа – хороводный рисунок.
- Освоение основных танцевальных движений Костромской земли.
- Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца.
- Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях; посещение выставок, народных праздников и гуляний, знакомство с другими коллективами, сходными по жанру.

Учебно – тематический план

I полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	• Основные хороводные проходки • Основные фигуры хороводов • Самостоятельная работа – хороводный рисунок • В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	• Орнаментальные хороводы • Игровые хороводы • В конце четверти проводится контрольный урок

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	• Основные плясовые проходки • Фигуры групповых традиционных плясок • Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца • В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	• Русская кадриль • Основные кадрилиные проходки • Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях • В конце четверти проводится контрольный урок

Примерный репертуар

1 четверть

- Повторение репертуара прошлого года.
- «Балалайка» (ритмический рисунок).
- «Я капустицу полола» (проходка, характер).
- « По зелёной роще поехал зять к тёще» (проходка, характер).
- «Ой, сад во дворе» (образ, областные особенности, руки).
- Хороводы из репертуара Татьяны Устиновой: «Восьмиугольный хоровод».

2 четверть

- Ритмические упражнения.

- Упражнение с «дробями» (укрепление мышц ног).
- «По улице» (образ, проходка).
- «Не пора ли нам подруженьки» (танец).
- «Как у лесику, да лесу тёмного» (характер).
- Хороводы из репертуара Татьяны Устиновой: «Хороводная игровая».

3 четверть

- «Из – за леса, из – за рощи» (строевая).
- «Блоха» (шуточная, импровизации).
- «Вдоль по травке по муравке» (танец).
- «Возле озера ходила молода» (танец).
- Хороводы из репертуара Татьяны Устиновой: «Хороводная свадебная пляска».
- «Масленичный обряд» (характер, залички, проходки).

4 четверть

- «Шестёрочки – семёрочки», кадрили записана в селе Буносово Галичского района Костромской области – работа над корпусом, характером, рисунком.
- «Я на липке сажу», «На берёзе листок вянет» (руки, характер).
- «Во деревне то было в Ольховке» (танец).
- «Ты берёза ли моя берёза» (танец).
- Обряд «Молить калачи» (знакомство с обычаями галичских рыбаков до начала лова).
- Подготовка и проведение отчётного концерта.

ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Изучаются особенности фольклорного танца Костромской области. Разучиваются танцевальные этюды, представляющие собой сценическую обработку фольклорных танцев, характерных для Архангельской, Тверской, Владимирской и Рязанской областей. Порядок построения учебного материала даётся по географическому признаку, что позволяет ярче представить общие и отличительные черты в положениях рук, манере и характере исполнения движений и песенно – музыкального материала, а также судить о мере взаимовлияния соседствующих друг с другом областей и регионов России.

Предполагает:

- Специальные упражнения для укрепления мышц корпуса, рук, ног, шеи.
- Ритмические упражнения.
- Дробные и выстукивающие движения.
- Освоение и изучение фольклорного танца Костромской земли.
- Основные отличия исполнения движений в танцах различных регионов России.
- Разучивание танцевальных этюдов, представляющих собой сценическую обработку фольклорных танцев, характерных для Архангельской, Тверской, Владимирской и Рязанской областей.
- Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца.
- Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях; посещение выставок, народных праздников и гуляний, знакомство с другими коллективами, сходными по жанру.

Учебно – тематический план

I полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	• «Яковлевская кадриль» (село Яковлевское Костромского района) • «Северный хоровод с шаями» (Архангельская область) • В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	• Фольклорный танец «Сущёвская дорожка» (село Сущёво Костромского района) • «Торжокская кадриль» (Тверская область) • В конце четверти проводится контрольный урок

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	• Хороводная круговая пляска «Я вечер молода» (деревня Кривячка Шарьинского района Костромской области) • Фольклорный танец «Ярилинские круги» (Владимирская область) • Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца • В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	• Фольклорный танец «Рязанская змейка» (Рязанская область) • Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях • В конце четверти проводится контрольный урок

Примерный репертуар

1 четверть

- «Дроли нету...» (поулочные частушки).
- «Пошла млада за водой» (проходка, характер).
- «Два молодчика садочком шли» (проходка, характер).
- «Ой, сад во дворе» (образ, областные особенности, руки).
- Работа над фольклорным танцем «Яковлевская кадриль».
- Постановка танцевального этюда на основе «Северного хоровода с шаями».

2 четверть

- «У ворот сосна зеленая», записана в Галичском районе – работа над

корпусом, характером, рисунком.

- Упражнение с «дробями» (укрепление мышц ног).
- «Чухломские частушки» (образ).
- Работа над фольклорным танцем «Сущёвская дорожка».
- Постановка танцевального этюда на основе «Торжокской кадрили».
- Обряд «Окликания молодых».

3 четверть

- «Не ходите девицы замуж» (кадрильная).
- «Друженька», песня записана в Галичском районе (характер, проходка).
- «Гармонист Тимошка» (шуточная импровизация).
- «Шёл казак на побывку домой» (танец).
- «Субботея» (танец).
- Работа над хороводной круговой пляской «Я вечор молода».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Ярилинские круги».

4 четверть

- «Веснянка» (танец).
- «Брала девка лён», «На семнадцатом году выдавали молодую» (руки, характер).
- «Как у милого кудри в три ряда» (характер).
- «Играл Тима тили – тили» (танец).
- «Пряники русские» (танец).
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Рязанская змейка».
- Подготовка и проведение отчётного концерта.

ШЕСТОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Продолжение изучения особенностей фольклорного танца Костромской области. Разучиваются танцевальные этюды, представляющие собой сценическую обработку фольклорных танцев, характерных для Тамбовской, Курской, Брянской, Саратовской областей. Характерные положения рук, ног, ритмоформулы, этнографические и исторические предпосылки возникновения танцевальных жанров, бытующих в данных регионах.

Предполагает:

- Специальные упражнения для укрепления мышц корпуса, рук, ног, шеи.
- Освоение и изучение фольклорного танца Костромской земли.
- Основные отличия исполнения движений в танцах различных регионов России.
- Разучивание танцевальных этюдов, представляющих собой сценическую обработку фольклорных танцев, характерных для Тамбовской, Курской, Брянской и Саратовской областей.
- Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца.
- Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях; посещение выставок, народных праздников и гуляний.

Учебно – тематический план

I полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	• Хороводная пляска «Как на горке, на горе» (деревня Кривячка Шарьинского района Костромской области) • Фольклорный танец «Ой, матаня, матанёк» (Тамбовская область) • В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	• Хороводная пляска «На горе – то калина» (деревня Кривячка Шарьинского района Костромской области)

	• Фольклорный танец «Танок с поясами» (Курская область) • В конце четверти проводится контрольный урок
--	---

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	• Хороводная пляска «Пятёра» (деревня Быниха Поляшовского сельсовета Шарьинского района Костромской области) • Фольклорный танец «Галя» (Брянская область) • Работа над импровизацией, образностью и характером исполняемого танца • В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	• Хоровод «Озеро – озерко» (село Покров Вохомского района Костромской области) • Фольклорный танец «Карачанка» (Саратовская область) • Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях • В конце четверти проводится контрольный урок

Примерный репертуар

1 четверть

- «Семечки» (танец).
- «Ай – чу – чу» (проходка, характер).
- «Как на тоненький ледок» (танец).
- «Как у наших у ворот» (танец).
- Работа над фольклорным танцем «Как на горке, на горе».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Ой, матаня, матанёк».

2 четверть

- «Я гнала гусей» (танец).
- Упражнение с «дробями» (укрепление мышц ног).
- «Как у нас то козёл» (шуточная импровизация).
- «Красные сапожки» (танец).
- «Ах, вы сени» (танец).

- Работа над фольклорным танцем «На горе – то калина».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Танок с поясами».

3 четверть

- «Посидите гости» (характер).
- «Прыгнул козел на повет» (шуточная импровизация).
- «Я на горку шла» (шуточная импровизация).
- «Я сегодня, милый мой» (танец).
- «Небылицы» (характер, танец).
- «Посею лебеду на берегу» (танец).
- Работа над фольклорным танцем «Пятёра».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Галя».

4 четверть

- «Вставала ранёшенько» (танец).
- «Перевоз Дуня держала» (характер).
- «Прялица» (танец).
- «Ты моя берёзка» (танец).
- Работа над хороводом «Озеро – озерко».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Карачанка».
- Подготовка и проведение отчётного концерта.

СЕДЬМОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Завершение изучения особенностей фольклорного танца Костромской области. Разучиваются танцевальные этюды, представляющие собой сценическую обработку фольклорных танцев, характерных для Волгоградской, Свердловской, Иркутской областей и Кубани. Изучение казачьей танцевальной традиции. Разнообразие жанров, высокоэмоциональная составляющая исполнения. Главная задача, стоящая перед учащимся седьмого года обучения, подготовиться к итоговой аттестации.

Предполагает:

- Специальные упражнения для укрепления мышц корпуса, рук, ног, шеи.
- Освоение и изучение фольклорного танца Костромской земли.
- Основные отличия исполнения движений в танцах различных регионов России.
- Разучивание танцевальных этюдов, представляющих собой сценическую обработку фольклорных танцев, характерных для Волгоградской, Свердловской, Иркутской областей и Кубани.
- Изучение казачьей танцевальной традиции.
- Работа над техникой, образностью, характером и высокоэмоциональной составляющей исполняемого танца.
- Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях; посещение выставок, народных праздников и гуляний.
- Подготовка к итоговой аттестации.

Учебно – тематический план

I полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
1 четверть	- Женская сольная пляска «Чижик» (село Покров Вохомского района Костромской области) - Фольклорный танец «Приглашение» (Волгоградская область) - В конце четверти проводится контрольный урок
2 четверть	- Кадриль «Восьмёра» (Вохомский район Костромская область) - Фольклорный танец «Полька – кубанка» (Кубанский край) - В конце четверти проводится контрольный урок

II полугодие

<i>Календарные сроки</i>	<i>Темы и содержание занятий</i>
3 четверть	- Хоровод «Сашенька – Машенька» (деревня Лотниково Вохомского района Костромской области) - Фольклорный танец «Уральский лирический» (Свердловская область) - Работа над техникой, образностью, характером и высокоэмоциональной составляющей исполняемого танца - В конце четверти проводится контрольный урок
4 четверть	«Боговаровский хоровод» (село Боговарово Октябрьского района Костромской области) «Галичский хоровод» - Фольклорный танец «Восьмёра» (Иркутская область) - Творческая работа: участие в концертах, конкурсах, фестивалях - Итоговая аттестация в рамках общего экзамена по предмету «Фольклорная хореография»

Примерный репертуар

1 четверть

- Повторение репертуара прошлого года.
- Работа над женской сольной пляской «Чижик».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Приглашение».

2 четверть

- Ритмические упражнения.

- Упражнение с «дробями» (укрепление мышц ног).
- «Вдоль по бережку конюшко идёт» (величальна песня молодым, записанная в Галичском районе Костромской области).
- Работа над кадрилию «Восьмёра».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Полька – кубанка».

3 четверть

- «Не пора ли нам, подруженьки» (хороводная песня, записанная в Галичском районе Костромской области).
- Работа над хороводом «Сашеька – Машенька».
- Постановка этюда на основе фольклорного танца «Уральский лирический».
- Работа над техникой, образностью, характером и высокоэмоциональной составляющей исполняемого танца.

4 четверть

- «Ты невидимая рожь» (хороводная песня, записанная в Галичском районе Костромской области).
- «Вдоль было по травинке» хороводная песня, записанная в Галичском районе Костромской области).
- Работа над фольклорным танцем «Боговаровский хоровод».
- Постановка «Галичского хоровода».
- Постановка фольклорного танца «Восьмёра».
- Итоговая аттестация в рамках общего экзамена по предмету «Фольклорная хореография».
- Подготовка и проведение отчётного концерта.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Результатом освоения программы «Фольклорная хореография» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание региональных особенностей русского народного танца;
- освоение основных элементов русского народного танца;
- развитие координации движений, ориентирование в пространстве, а так же чувство ритма обучающихся;
- развитие и воспитание музыкального вкуса обучающихся.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка уровня усвоения программы проводится в конце каждой четверти в форме контрольного урока. Важными критериями в оценке являются точное выполнение танцевальных движений, образно – эмоциональная составляющая исполнения. Итоговая аттестация проводится в рамках курса «Фольклорная хореография».

Результаты обучения наглядно демонстрируются на регулярно проводимых концертах, творческих встречах, на смотрах, конкурсах, фестивалях и т.д.

Каждый из видов контроля имеет свои цели, задачи и формы

Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины и выявление отношения учащегося к изучаемому предмету, организацию регулярных домашних занятий и повышение уровня освоения учебного материала; имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся.

Текущий контроль осуществляется преподавателем, ведущим предмет

Текущий контроль осуществляется регулярно в рамках расписания занятий учащегося и предполагает использование различных систем оценки результатов занятий. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные, полугодовые, годовые оценки. Формами текущего и промежуточного контроля являются: контрольный урок, участие в тематических вечерах, класс – концертах, мероприятиях культурно – просветительской, творческой деятельности образовательных учреждений дополнительного образования детей, участие в фестивалях и конкурсах.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося и уровень усвоения им программы на определенном этапе обучения

Наиболее распространенными формами промежуточной аттестации учащихся являются:

- зачёты (недифференцированный, дифференцированный);
- переводные зачёты (дифференцированные);
- контрольные уроки.

Возможно применение индивидуальных графиков проведения данных видов контроля. Например, промежуточная аттестация может проводиться каждое полугодие или один раз в год.

Учащиеся, которые принимают участие в конкурсах, в мероприятиях, выступают в городских концертах, могут освободиться от экзаменов и зачётов. Переводной зачёт проводится с применением дифференцированных систем оценок, предполагает обязательное методическое обсуждение.

По состоянию здоровья ученик может быть переведён на следующий год обучения по текущим оценкам.

Критерии оценки

По результатам текущей, промежуточной и итоговой аттестации выставляются оценки: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

5 (отлично) – ставится, если учащийся исполнил программный материал музыкально и в характере песенного и музыкального материала.

4 (хорошо) – ставится при грамотном исполнении программного материала с наличием мелких технических недочётов, недостаточно убедительном донесении образа исполняемого произведения.

3 (удовлетворительно) – программа исполнена с ошибками, не музыкально и не в характере песенного и музыкального материала.

При оценивании учащегося, осваивающего общеразвивающую программу, следует учитывать: формирование устойчивого интереса к хореографическому искусству, к занятиям фольклором; наличие исполнительской культуры, развитие музыкального мышления; овладение практическими умениями и навыками в различных видах танцевально – исполнительской деятельности: сольном, ансамблевом исполнительстве; степень продвижения учащегося, успешность личностных достижений.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методические рекомендации преподавателям

Воспитание учащегося по предмету «Фольклорная хореография» – процесс длительный, требующий от педагога и от тех, с кем он проводит занятия, большого каждодневного труда. Вот почему урок народного танца должен быть методически выстроен.

Важным в процессе подготовки исполнителя является формирование его двигательного аппарата, развитие актёрских способностей, освоение характера

и манеры исполнения движений, чтобы в дальнейшем легко, без напряжения передавать на сцене яркую палитру того или иного элемента народного танца.

Соблюдать принцип «от простого к сложному», учитывая возрастные и индивидуальные особенности детей, принцип индивидуального подхода.

При составлении урока необходимо учитывать, в какое время дня проводится занятие, какая температура в зале и многое другое, что может повлиять на состояние ребёнка.

Каждый урок может включать 1 – 2 новых упражнений (1 и 2-ой год обучения) и 3 – 4 (в последующих годах обучения), построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими; упражнения на вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых ногах и т. п.

При проведении урока, педагог должен суметь донести до исполнителей все нюансы изучаемого хореографического материала. Здесь особенно важен практический показ каждого упражнения под музыку, чёткая его метрическая раскладка.

Разнообразие предлагаемого материала, его умелое чередование и последовательность освоения, умеренная нагрузка на суставно – связочный аппарат – залог успешного проведения урока и достижения главной цели – формирования необходимых исполнительских навыков.

В младших классах обучения танец должен включать не более 3 – 4 движений, в средних – 6 – 8 движений, в старших – более 8 движений.

Нагрузку можно увеличивать по мере укрепления физического аппарата детей.

Занятия в классе должны сопровождаться внеклассной работой – посещением выставок и концертов, прослушиванием музыкальных записей, просмотром музыкальных фильмов.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Научно-методическая литература:

1. Агапкина Т. Мифопоэтические основы славянского народного календаря. Весенне-летний цикл. - М., 2002.
2. Бернштам Т.А. Молодежь в обрядовой жизни русской общины XIX-начала XX в. - М., 1988.
3. Богданов Г.Ф. Несколько шагов к фольклорному танцу. – М., 1996.
4. Богданов Г.Ф. Самобытность русского танца. Учебное пособие. 2-е изд. – М., 2003.
5. Веретенников И.И. Южно-русские карагоды. – Белгород, 1993.
6. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара, 1992.
7. Григорьев В.М. Народные игры и традиции в России. – М., 1994.
8. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. Учеб. пособие для студ. вузов культуры и искусств. – М., 2003.
9. Детские фольклорные школы (проблемы, опыт, перспективы) - ГРДНТ. - М., 1999.
10. Детский фольклорный праздник: Учебно-методическое пособие. / Сост. Л.В.Фибих, Н.В.Курбатова. – Кемерово, 1997.
11. Дополнительное образование детей. Словарь-справочник. / Автор-составитель Д.Е. Яковлев. – М., 2002.
12. Заикин Н.И. Фольклорный танец и его сценическая обработка. – М., 1991.
13. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца. – Орел, 1999.
14. Зыкова М.Н. Фольклоротерапия: Учебное пособие. - М.-Воронеж, 2004.
15. Кальвэ Л.О. Хрестоматия русского народного танца. – М., 1988.

16. Климов А.А. Основы русского народного танца. Учебник для студентов хореографических отделений институтов культуры. Изд. 3-е. – М.: Издательство МГУКИ, 2004.
17. Климов А.А. Русский народный танец. Вып.1. Север России. – М., 1996.
18. Корепова К.Е. Нижегородские хороводы. – Горький, 1989.
19. Куприянова Л.Л. Русский фольклор: УМК для четырехлетней начальной школы. - М., 2002-06.
20. Нагайцева Л.Г. Кубанский народный танец: Репертуар Государственного Кубанского казачьего хора. – Краснодар, 1973.
21. Народные танцы Горьковской области: Сборник. – Горький, 1971.
22. Народный танец. Проблемы изучения. Сборник научных трудов. – СПб., 1991.
23. Науменко Г.М. Русские народные детские игры с напевами. Сборник фольклорных материалов. - М., 2003.
24. Палилей А.В. Сибирский русский народный танец. Методические рекомендации. – Кемерово, 1991.
25. Руднева А.В. Курские танки и карагоды. – М., 1975.
26. Русские народные хороводы и танцы Ярославской области/ Запись М.Д. Яницкой. – М., 1994.
27. Русские танцы для молодежных танцевальных коллективов. Сборник. – М., 1993.
28. Русский праздник: Праздники и обряды земледельческого календаря. Иллюстрированная энциклопедия. /О.Баранова, Т.Зими́на и др. – СПб, 2001.
29. Русский традиционный костюм: Иллюстрированная энциклопедия. /Авт.-сост.: Н. Соснина, И. Шангина.- СПб, 2001.
30. Современный словарь по педагогике. / Сост. Рапацевич Е.С. – Мн., 2001.
31. Соколова В. Весенне-летние календарные обряды русских, украинцев и белорусов. XIX - начало XX в. – М., 1979.

32. Сюжетные и народные танцы. – М., 1977.
33. Танцевальная культура Костромского края / Сост. Л.П. Бакина. – Ярославль, 1990.
34. Танцы Архангельской области/Запись танцев В.Н. Нигоф. – Архангельск, 1970.
35. Танцы народов СССР. – М., 1983.
36. Традиционный фольклор Владимирской области. – М., 1972.
37. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. – М., 1996.
38. Устинова Т.А. Русский народный танец. – М., 1976.
39. Фольклор – музыка – театр. Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками. /Под ред. С.И. Мерзляковой. - М., 1999.
40. Фомин А.С. Детский танец в системе воспитания и образования: Методические рекомендации. – Новосибирск, 1989.
41. Шангина И.И. Русские дети и их игры. - СПб, 2000.
42. Шилин А.И. Народный танец//Учебно-методические материалы для студентов-заочников музыкальных вузов по специальности 051100 «Дирижирование»: 051100-03 «Дирижирование народным хором». – М., 2002.- С. 61 – 75.
43. Яницкая М.Д. Методика собирания и записи танцевального фольклора. – М., 1981.

Репертуарные сборники:

1. Гори, гори ясно. Для детских и юношеских ансамблей / Составитель Т.Новикова; Всероссийское музыкальное общество. - М., 1989.
2. Жаворонушки: Русские песни, прибаутки, скороговорки, считалки, сказки, игры / Составитель Науменко Г. - М.: Советский композитор, 1977.
3. Жаворонушки: - Вып.2. - 1981.

4. Жаворонушки. - Вып.3 - 1984.
5. Жаворонушки. - Вып.4 - 1986.
6. Заплетися, плетень: Русские народные песни и хороводы. / Сост. В.А.Агафонников. - М.: Музыка, 1987.
7. Золотые ворота: Игры. Новосибирск - 2002.
8. Как на нашей сторонке. В.М.О. №1, 2000. .
9. Круглый год: Русский земледельческий календарь. - М.: Правда, 1991.
10. Материалы фольклорных экспедиций ТМУ им. М.П.Мусоргского.
11. Материалы фольклорных экспедиций МГУК курс Антиповой, Сорокина П.А.
12. Музыкальный фольклор и дети. / Сост. Щербакова. - М., 1997.
13. Науменко Г.М. Народные праздники. - М., 2001.
14. Плыла лебедь. Для детских народно-хоровых коллективов. / Сост. П.А.Сорокин; Всероссийское музыкальное общество. - М., 1987.
15. Росынька: Песни и игры для фольклорных ансамблей. / Сост. Т.Белоконева; Всероссийское хоровое общество. - М., 1982.
16. Русский народ, его обычаи, обряды, предания, суеверия и поэзия. /Сост. М.Забылин. - М.: Книга Принтшоп, 1990.

Интернет – ресурсы:

1. URL: <http://www.gallery.balletmusic.ru>
Наименование: Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея
2. URL: <http://www.balletmusic.ru>
Наименование: Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка
3. URL: <http://nghk-nsk.ru>
Наименование: Новосибирский государственный хореографический колледж

4. URL: <http://www.russianballet.ru>
Наименование: Журнал «Балет»
5. URL: <http://window.edu.ru/resource/438/51438>
Наименование: Хореографическое искусство. Государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования (базовый уровень)
6. URL: <http://window.edu.ru/resource/348/75348>
Наименование: Искусство танца (по видам). Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования
7. URL: <http://sov-dance.ru/>
Наименование: Национальная Академия Современной хореографии
8. URL: <http://window.edu.ru/resource/133/74133>
Наименование: Хореографическое искусство. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования
9. URL: <http://window.edu.ru/resource/648/73648>
Наименование: Хореографическое исполнительство. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования
10. URL: <http://window.edu.ru/resource/647/73647>
Наименование: Хореографическое искусство. Федеральный государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования
11. URL: <http://www.ballet.classical.ru/>
Наименование: Маленькая балетная энциклопедия
12. URL: <http://www.psychology.nm.ru/tren04.html>
Наименование: Терапия искусством: танцевально-двигательные тренинги