

Государственное бюджетное учреждение  
«Городской Дворец культуры»  
(ГБУ ГДК)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ГДК

\_\_\_\_\_ Ким Ж. Н.

\_\_\_\_\_ 2021 г.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА  
КОЛЛЕКТИВА РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА «РУССКИЕ  
САМОЦВЕТЫ»

Руководитель клубного формирования  
ИГОРЕВА СВЕТЛАНА ПЕТРОВНА

г. Байконур  
2021-2022 гг.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА  
КОЛЛЕКТИВА РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА «РУССКИЕ  
САМОЦВЕТЫ»

**Этапы реализации программы.**

В каждой группе первого, второго годов обучения свой план занятий, который определяет те знания, умения и навыки которые должны усвоить обучающиеся.

На первом году обучения особое внимание уделяется развитию чувства ритма, музыкально-ритмическим упражнениям, упражнениям на ориентировку в пространстве. Дети изучают понятия и термины классического танца, классический экзерсис у станка, танцевальные этюды.

На втором году обучения обучающиеся закрепляют знания полученные, на первом году обучения и получают новые. Обучающиеся изучают элементы народного танца у станка по степени их усложнения, изучают понятия и термины, применяемые в народном танце. На этом этапе вводится подготовка концертных номеров.

В основу программы положено обучение, основанное на раскрытии творческих способностей, задатков ребенка.

Программа составлена в соответствии с положением о клубном формировании и учебным планом коллектива русского народного танца «Русские самоцветы».

## **1. Обоснование необходимости разработки.**

Народный танец является одним из наиболее распространенных и древних видов народного творчества. Он возник на основе трудовой деятельности человека и тесно связан с различными сторонами народного быта, обычаями, обрядами, верованиями. В танце народ передает свои мысли, чувства, настроения, отношения к жизненным явлениям. Развитие народного танца тесно связано с историей народа. Каждая новая эпоха, новые политические, экономические, административные и религиозные условия отражались в формах общественного сознания, в том числе и в народном творчестве. Все это несло с собой известные перемены в быту человека, что в свою очередь накладывало отпечаток и на танец, который на многовековом пути своего развития не раз подвергался различным изменениям. Происходила эволюция танцевальных форм, отмирали старые и зарождались новые виды танца, обогащалась и видоизменялась его лексика. Изучение народного танца, как старинного, так и современного, правильное понимание стиля, характера и манеры его исполнения дают возможность создать на сцене средствами танца правдивый образ человека, воспитывают хороший вкус.

Для того чтобы дать понятие об основах народного танца, показать многообразие его видов и различную манеру исполнения, богатство лексики, познакомить с исполнительскими традициями танца разработана программа «Народный танец».

Методическая программа коллектива русского народного танца «русские самоцветы» направлена на творческое развитие участников клубного формирования, приобщения их к истокам культуры и необходимости возрождения духовности танца.

Основу данной программы составляет, с одной стороны, ориентация на общечеловеческие ценности танцевальной культуры, а с другой – установка

на развитие творческой индивидуальности ребенка. Это и определяет актуальность программы.

## **2. Новизна программы:**

Программа включает в себя не только тренировочные упражнения, определенный репертуар и беседы по искусству, но и танцевальному этикету, музыкальной грамоте.

В программе предусматривается более глубокое изучение танцевального жанра, овладение практическими умениями и навыками в танцевально-пластическом движении и импровизации.

Программа включает в себя ритмику и народный танец, и составлена с учетом индивидуального подхода к участнику коллектива с любыми способностями, с разным уровнем знаний.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в следующем:

Данная программа даёт возможность участникам самоопределиться через реализацию творческих способностей, через создание собственного продукта (танец, танцевальная композиция) и подразумевает равные партнёрские отношения между обучающимися и руководителем;

Комплексный подход к организации занятий с участниками обеспечивает укрепление их психического и физического здоровья;

- Занятия по данной программе способствуют развитию таких качеств личности, как трудолюбие, самоконтроль, выносливость, терпение, самостоятельность, ответственность за результат своей деятельности.

- Занятия и коллективные выступления с танцами перед зрителями воспитывают у учащихся чувство ответственности за общее дело, чувство дружбы и товарищества. Обучающиеся знакомятся с жизнью, бытом,

костюмом, музыкой, национальными особенностями не только русского народа, но и других народов мира.

### **3. Цель и задачи программы**

**Цель:** развитие личности обучающегося, его гуманного отношения к окружающему миру, формирование в нем эстетических идеалов на основе овладения искусством хореографии.

#### **Задачи программы.**

В обучении:

- обеспечить усвоение практических умений и навыков при изучении программного материала;
- изучить терминологию в народном танце;
- изучить историю танцевальной культуры, основ актерского мастерства танцоров;
- учить ритмическим упражнениям под музыку, дающим представление о танце.

В развитии:

- развитие чувств ритма и музыкальности детей, их моторико-двигательной и логической памяти;
- развитие творческой инициативы и способности к самовыражению в танце;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны, к деловому сотрудничеству в процессе коллективной деятельности;
- развитие потребности в самораскрытии и самореализации;
- развитие и формирование художественного вкуса и эстетических наклонностей в выборе своего имиджа, подготовка воспитанников.

#### **4. Форма обучения:** групповая.

##### **Занятия можно разделить на виды:**

- групповой тренинг;
- репетиция;
- беседы, анализ, обсуждение

#### **5. Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

##### **К концу первого года обучения обучающиеся должны:**

- знать термины классического танца, позиции рук и ног;
- уметь выполнять движения классического танца;
- уметь танцевать 2-3 танцевальных этюда;
- выполнять гимнастические упражнения под музыку различного характера, темпа;

##### **К концу второго года обучения обучающиеся должны:**

- знать правила постановки рук, группировки пальцев в народном танце;
- знать подготовительные движения рук, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию;
- освоить простейшие элементы народного танца у станка и танцевальные элементы на середине зала;
- справляться с несложными танцевальными комбинациями;
- приобрести навыки актерской выразительности: уметь изобразить в танцевальном шаге повадки зверей, птиц, выразить образ в разном эмоциональном состоянии (веселый котенок, грустная птица и т.д.);
- уметь танцевать 2 народных танца различного характера;
- правильно двигаться в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- чувствовать характер музыки и в соответствии с этим уметь передать настроение;
- знать русский танец на следующих движениях: переменные ходы, припадания, притопы, “ключ” простой и дробный, дробь; уметь правильно исполнять присядочные движения и хлопучки.

Группа	Кол-во теоретических часов			Кол-во практических Часов			Участие в мероприятиях и конкурсах			Кол-во часов в год
Групповые занятия	н	М	Г	Н	м	Г	3 мероприятия			400
	4	16	160	5,5	22	220	8	8	4	

## 6. Режим занятий

Группа	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в месяц	Кол-во часов в год
Групповые занятия 3 раза по 3 часу в неделю и один раз по 1 разу в неделю	10 часов	40 часов	400 часов
Итого:			400 часов  10 часов в неделю, 40 недель в год

## 7. Календарно – тематический план на творческий сезон 2020-2021г. (сентябрь-июнь)

### 7.2.1 Теоретические занятия

Месяц	9	10	11	12	01	02	03	04	05	06
<b>Количество часов теоретических занятий:</b>										
Азбука музыкального движения	1	1		2		1	2	2		
История народного танца и его основы	2	1		2		1	1	1	1	4
Русские ходы и элементы	2	2		2	2	2	1	1	1	1

русского танца										
Жанры русского народного танца	2	2			4	2			2	1
Основные ходы и движения в русском народном танце	2	2	2	2	2			2		
Постановка корпуса		2	4	2		2	2	2	2	2
Положение рук и ног в русском народном танце			2	2	2	2	2	2	2	2
Хоровод - древнейший вид русского народного танца	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Разнообразие форм и видов плясовой и танцевальной культуры	2	2	2	1		2	2		2	
Закономерности и принципы освоения импровизационной пляски	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
<b>Итого 160 часов</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>16</b>

### 7.2.2 Практические занятия

Месяц	9	10	11	12	01	02	03	04	05	06
<b>Количество часов практических занятий:</b>										
Музыкально-ритмические упражнения.	2	4			2	2	1		1	
Движения на ориентировку в пространстве.	2	4	2	4	1	2	4	2	1	2



Упражнение «гармошка»	2	4		2	2	4	2	2	4	2
Каблучные упражнения	2	2	4	2	4	2	2	2	4	2
Упражнения с ненапряженной стопой (флик-фляк).	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4
«Веребочка» в сочетании с пристукиванием.	4	2	4		4	4	2	4	2	2
Дробные выстукивания и дробные ходы.	4		2	4	2	2	1	2	2	4
Движение «Двойная дробь»	2		2	2	4	4	4	4	2	4
Подскоки и «Поджатые прыжки»		2	4	4	1		4	4	2	
Самостоятельные постановки пантомим		2	2	2					2	2
<b>Итого 220 часов</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>

### 7.2.3 Участие в мероприятиях

Месяц	9	10	11	12	01	02	03	04	05	06
<b>Участие в мероприятиях</b>										
Театрализованный праздник «Широкая Масленица»						8	4			
Новый год				8						
<b>Итого 20 часов</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>