

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа-сад № 10г.Назрань»

РАССМОТРЕНО

на заседании МС

Протокол от 29.08.2019 г.

№ 1

Руководитель

МС Мого Могошкова М.Б

СОГЛАСОВАНО

с зам. директора по ВР

М.А.Ганиевой

« ____ » августа 2019 г

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

ГБОУ «ОШ-сад № 10»

Э.М.Кокорхоева

« 02 » сентября 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
художественной направленности**

«Наьсаре»

название программы

Возраст обучающихся: 8-14 лет

Срок реализации: 2023-2024уч. год

Колоев А.М.

г.Назрань 2023г.

Содержание

1. Пояснительная записка.....	
2. Актуальность программы.....	
3. Новизна программы.....	
4. Цели, задачи программы.....	
5. Планируемые результаты.....	
6. Введение.....	
7. Азбука классического танца.....	
8. Народно-характерный танец.....	
9. Танцевальные этюды.....	
10. Постановочная работа.....	

Пояснительная записка.

Образовательная программа «Нарт» составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказа Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Письма Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Концепции развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
5. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. хореография своим красочным и доступным всем народам, языком, способна поведать о самом сокровенном и самобытном, что составляет сущность национального характера. Каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Народный танец-это пластический портрет народа. Немая поэзия, зримая песня, таящая в себе часть народной души. В них отражены творческая сила народной фантазии, поэтичность и образность мысли, выразительность и пластичность формы, глубина и свежесть чувств. Это эмоциональная, поэтическая летопись народа, самобытно, образно ярко рисующая историю событий и чувств, пережитых им.

Танцы и песни всегда занимали видное место в жизни ингушей, сопровождая их в радости и в горе, в будни и в праздники. Входя в мир народной музыки и танцев, ребёнок подсознательно ощутит в себе «зов предков». Характерные для ингушской народной культуры звуки, тембры, орнаменты, движения, мелодии «пронизывают его насквозь». Ребёнок осознаёт себя неотъемлемой частью своего общества, своей культуры. Доступность народных танцев, привлекательность и лёгкость движений

принесут детям радость, создадут предпосылки для дальнейших занятий музыкой и танцами, сформируют интерес к познанию мира танца в разных его проявлениях.

Данная программа составлена для изучения народных танцев и национальных костюмов ингушей и народов Кавказа. Кавказские танцы — это не просто часть традиционной национальной культуры, это ещё и целая философия, в которой каждый поворот, каждое движение рук и взмах кисти имеет свое особое глубинное значение.

Ингушский танец действительно можно считать традицией единства страсти и грации, ведь этот танец сочетает в себе такие разноплановые образы. Это фантастический танец, имеющий колоритную красоту! Представьте себе жёсткие угловатые движения мужчины, подчёркивающие мужественность его рук и груди. И женщина развевающимся ходом скользит вокруг него с изящными движениями рук, маскирующими женственную улыбку. Очень похоже на лёгкий бриз, окружающий заснеженную вершину горы. Это и есть танцевальный образ земли Кавказа. В числе народных танцев встречаются сольные, парные, массовые, женские, девичьи, мужские. Эти танцы, сопровождаемые музыкой или плясовыми напевами, открывают широкие возможности для проявления творческой индивидуальности исполнителей, динамичной пластикой всего тела и выразительной мимикой лица они то придают танцу оттенок сдержанности и величавости, то подчеркивают в нём мужественную силу, ловкость и удаль. Большое внимание уделяется изучению национальных костюмов ингушей и Кавказа. Народный костюм ценнейший памятник народного творчества. Костюм — выразитель социальной и индивидуальной характеристики человека; его эстетического вкуса, характера, возраста, пола и социального статуса.

Новизна программы заключается в том, что занятия сочетают в себе углубленное изучение танцевальных движений путем занятий классической хореографией и народно-сценического танца. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Такая организация учебно-воспитательного процесса формирует у детей понимание танцевальной культуры, чувство ритма, творческие способности к импровизации, умение чувствовать стиль музыки; совершенствовать свою физическую форму и выносливость. Именно эти два направления можно считать наиболее значимыми для обучающихся, а стремление педагога индивидуально подходить к каждому ребёнку, выявляя в нём-то самое необыкновенное, что раскроет его как творческую личность, неповторимую и самобытную делает эту программу социально значимой.

Актуальность программы.

Программа направлена как на художественное развитие детей, физическую и хореографическую подготовку, так и на изучение национальной культуры в

сочетании с духовным воспитанием и повышением уровня толерантности молодого поколения. Такой подход в обучении дает значительный педагогический эффект, подтверждая актуальность избранного направления.

Цели и задачи программы:

Основными целями программы являются

- формирование двигательных навыков необходимых для исполнения народно-характерных танцев Ингушетии и Северного Кавказа;
- раскрытие творческой личности ребёнка средствами хореографического искусства;
- создание условий для самореализации ребёнка в творчестве;
- создание благоприятных условий для укрепления здоровья;
- формирование духовно — нравственной личности ребёнка средствами танцевального искусства.
- ознакомление детей с богатством, разнообразием, самобытностью народного танца;
- воспитание любви к народному танцу, как части национальной культуры народа;

Задачи программы:

Образовательные:

- обучение детей танцевальным движениям;
- формирование умения слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их с помощью танцевальных движений;
- формирование культуры движения, выразительности движений и поз;
- формирование умения ориентироваться в пространстве;

Воспитательные:

- развитие у детей активности и самостоятельности;
- формирование общей культуры личности ребенка;
- создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве — учить радоваться успехам других и вносить вклад в общий успех;
- привлечение детей к изучению танцевальных традиций;

Развивающие:

- развитие творческих способностей детей, воображения и фантазии;
- развитие музыкального слуха и чувство ритма, темпа;
- развитие исполнительских навыков в танце;

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей;
- развитие ловкости, гибкости, координации движений, умения преодолевать трудности;
- формирование осанки.

Уровень программы - базовый

Программа рассчитана на детей 6-18 лет, прошедших предварительное собеседование на предмет выявления мотивации обучения и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности. В процессе занятий сочетается коллективная работа и индивидуальная с солистами. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастом и психологическими возможностями детей. Подготовка и участие в концертах и конкурсных выступлениях предполагает возможную необходимую коррекцию времени и режима занятий. Освоение программы рассчитано на три года и включает в себя занятия по классическому и народному танцу. Основной формой работы в кружке является групповое занятие по расписанию. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Программа рассчитана на 72 занятия, продолжительность занятий 90 минут. Расширяя кругозор детей, знания о фольклоре и в целом о культуре ингушского народа и народов Кавказа, используются такие формы:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация вариаций;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с национальным костюмом ингушей и народов Кавказа;
- просмотр видеоматериала и прослушивание дисков на музыкальном центре;

Ожидаемые результаты:

По окончании первого года обучения, обучающиеся должны знать и уметь:

- основные положения позиций рук и ног в народном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов кавказского танца, освоение данных элементов на середине зала;
- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- знать движение в различных ракурсах и рисунках;
- уметь исполнять движения в характере кавказского танца;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним;
- уметь приветствовать и прощаться со зрителями (поклон), уходить правильно со сцены;

По окончании второго года обучения, обучающиеся должны знать и уметь:

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- знать основные движения кавказских танцев;
- знать манеру исполнения упражнений ингушских и кавказских танцев;
- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.
- уметь исполнять этюды (соло, коллектив)

По окончании третьего года обучения, обучающиеся должны знать и уметь:

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки кавказских танцев

- усвоить дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- исполнять сложные трюковые движения (поворот на полупальцах, поворот с поджатыми ногами, наколенный разворот и др.);
- умение правильно носить сценический костюм, знать правила эксплуатации национальных костюмов, уметь правильно завязывать бахилы, уметь носить сценический костюм.
- продолжать добиваться в ансамбле выразительности и виртуозности исполнения движений.

Программа позволяет развивать индивидуальные творческие способности, совершенствовать полученные знания и приобретенные исполнительные навыки.

Для осуществления целей и задач программы определены следующие разделы.

- «Введение» — дети знакомятся с хореографией как видом искусства, с правилами поведения в танцевальном классе и формой одежды.
- «Азбука классического танца» — знакомит с азами классического танца.
- «Народно-характерный танец» — знакомит с элементами танца народов Северного Кавказа.
- «Танцевальные этюды» — способствуют развитию танцевальной эмоциональности.
- «Индивидуальные занятия» — работа с воспитанниками, не усвоившими материал из-за болезни или по другим причинам, с вновь прибывшими детьми.
- «Постановочная работа» — знакомство с композицией танца, постановка танцев.

«Введение» — дети знакомятся с хореографией как видом искусства, с правилами поведения в танцевальном классе и формой одежды. Знакомство с национально-культурными традициями, самобытной хореографией и национального костюма ингушского народа и народов Кавказа. С чего начинается обучение танцу? Как ни странно, занятия классической хореографией начинаются с постановки танцевального шага. Именно он является основой любой композиции.

Шаг должен быть четким, выворотным и пластичным. В ходе обучения может быть выявлено недостаточное развитие «Ахилла», коленного или бедренного сустава, что корректируется путем регулярных занятий. Еще одним важным моментом является стойка. Позвоночник должен быть вытянут строго

вертикально, ягодицы и живот подтянуты, лопатки сведены назад, а плечи опущены вниз. Если тело будет находиться в расслабленном положении, будет потеряна устойчивость, а также равновесие, а потому никакие движения не получатся. Конечно, первое время, достаточно тяжело следить за осанкой, но уже через несколько месяцев регулярных занятий такое положение тела становится естественным

Классическая хореография - это основа, на которой держится все танцевальное искусство. Познав все его тонкости, сможете овладеть любым жанром, который вам по душе.

«Азбука классического танца» — знакомит с азами классического танца. Основные понятия Классическая хореография для взрослых и детей складывается из одних и тех же элементов, но сложность и техника исполнения будут существенно отличаться. Тем не менее, основные понятия и требования остаются неизменными. Первым и самым главным условием является хорошая выворотность. Это способность разворачивать наружу бедренный сустав, что позволяет ноге и стопе, в частности, принимать основные позиции. Даже если данное свойство не дано человеку от рождения, его вполне возможно выработать путем регулярных и усердных занятий. Поза - это статичная фигура, которая определяется положением корпуса, конечностей и головы танцора. В зависимости от положения относительно зрительного зала, позы могут быть открытыми или закрытыми. Позиции - это основные положения конечностей. Если речь идет о стопах, то они, непременно, должны находиться на полу. Именно позиции определяют правильное положение тела, дарят ему грацию, а танцу - выразительность.

Позиции рук

Плавные движения рук придают танцу красоту, нежность и выразительность. Тем не менее, чтобы добиться результата, важно знать их основные позиции; *подготовительная позиция* - руки опущены вниз, локти и кисти округлены; *первая позиция* - из подготовительной следует поднять руки, зафиксировав их перед собой на уровне диафрагмы; *вторая позиция* - из первой позиции следует развести руки в стороны (при этом, локоть и кисти не должны провисать, а должно оставаться легкое округление); *третья позиция* - из первой руки поднимают над головой.

Позиции ног

Школа классической хореографии, зачастую, начинается с развития выворотности, которая позволяет ногам принимать основные позиции. Их выделяют шесть:

первая позиция - ступни соприкасаются пятками и развернуты наружу, образуя на полу прямую линию (или угол 180 градусов); *вторая позиция* - является производной от первой (ноги образуют все ту же прямую линию, но между ними образуется расстояние, равное размеру одной ступни);

третья позиция - пятка одной ступни прижата к середине другой (при этом, ноги, по-прежнему, образуют угол 180 градусов);

четвертая позиция - выворотные ноги расположены параллельно друг другу на расстоянии, равном длине одной ступни;

пятая позиция - ступни плотно прижаты друг к другу, при этом носки и пятки закрывают друг друга;

шестая позиция - ступни расположены параллельно друг другу и перпендикулярно положению тела.

Достаточно сложной наукой является хореография. Классический танец требует не только физических навыков, но также теоретических знаний. Так, выделяют следующие основные группы движений;

плие (plier) - сгибание ног в коленях;

этандр (etendre) - вытягивание корпуса и конечностей;

релеве (relever) - подъем на полупальцы;

глиссе (glisser) - плавное скольжение стопы по полу;

соте (sauter) - прыжки;

элансе (elancer) - бросок ноги;

турне (tourner) - поворот вокруг себя.

Это основа хореографии, но далеко неполный список ее позиций. Танец представляет собой плавную попеременную смену позиций с использованием указанных базовых движений.

Экзерсис у станка (упражнения у станка).

классической хореографии начинается с экзерсиса у специального балетного станка. Это комплекс упражнений, направленный на развитие опорно-двигательного аппарата. Именно с экзерсиса начинает свое занятие любой танцор. Комплекс включает в себя следующие основные упражнения:

Plie (плие) - плавное приседание во всех известных позициях ног (может быть половинным и глубоким), направленное на разогрев мышц и связок.

Battement tendu (батман тандю) - скольжение носка по полу с напряжением всей ноги и вытягиванием подъема (разрабатывает ахилл и способствует общему развитию мышц).

Battement jete (батман жете) - невысокий бросок носка, сопровождающийся резким разрывом ног и напряжением в паховой области (развитие тазобедренного сустава и голеностопа).

Rond de jambe par terre (рон де жамб партер) - рабочая нога описывает круг по полу (данное упражнение способствует развитию выворотности, а также разогревает тазобедренный сустав).

en dehors - движения направлены вперед по отношению к опорной ноге;

en dedans - носок "рисует" круг в обратную сторону;

Battement fondu (батман фондю) - плавно и пластично опорная нога опускается в положение "деми плие", а рабочая в это время сгибается в колене, прикасаясь носком к щиколотке (на подъеме колено опорной ноги вытягивается, а рабочая выпрямляется под углом 45 градусов). *Battement frappe (батман фроппе)* - резкое, энергичное движение, в ходе которого рабочая нога "обнимает" стопой щиколотку опорной.

Battement piqué (батман пике) - представляет собой резкий и невысокий отрыв ноги от пола (как будто, танцующий прикасается к горячей поверхности или же колючей иголке).

Battement releve lent (батман релеве лян) - это медленный подъем ноги на высоту не менее чем 90 градусов (положение стоит на несколько секунд зафиксировать, после чего вернуться в исходное).

Grand battement jete (гранд батман жете) - это упражнение можно считать усложненным вариантом батман жете, в ходе которого происходит резкий большой разрыв между ногами (при этом, рабочая должна подняться, как минимум, на 90 градусов). Стоит отметить, что упражнения делаются так называемым крестом, в ходе которого нога поочередно двигается вперед, в сторону и назад. При этом в самом начале обучения упражнения выполняются в элементарном базовом характере. Позже могут быть разучены более сложные комбинации, направленные на развитие пластичности и грации.

«Народно-характерный танец». Народно-характерный танец является одним из основных разделов, так как именно народный танец является основоположником всего танцевального искусства. Народно-характерный танец нигде так называется. У людей разных континентов, разных частей света и разных стран соответственно формировались разные танцы. «Северный русс не так пляшет, как малороссиянин, как славянин южный, как поляк, как финны, - писал Н.В. Гоголь, - у одного танец говорящий, у другого бесчувственный; у одного бешеный, разгульный, у другого спокойный; у одного напряженный, тяжелый, у другого, легкий, воздушный». На формирование особенностей танцевальных движений каждого конкретного народа влияло множество факторов. В частности, среди них можно назвать: особенности климата и ландшафта местности, где проживает народ, а также особенности его обычаев, костюма, темперамента. Все эти особенности в комплексе формируют характерные черты народа, которые находят свое отражение в его творчестве, в том числе - в его танцевальном искусстве. Поэтому, в той или иной мере зная характерные особенности отдельных народов, можно достаточно достоверно определить к какому именно народу принадлежит тот или иной танец. Для создания качественного репертуара ансамбля уже с 1-го года обучения ведется «Постановочная работа». Урок народного танца, так же, как и классического, строится таким образом, чтобы движения чередовались правильно и гармонично, переключая нагрузку с одних групп мышц и связок на другие. Педагогу нужно научиться строить урок, рационально распределяя силовые нагрузки, не утомляя и не перегружая суставно-мышечный аппарат исполнителей (обучающихся). Особое внимание нужно обратить на необходимость чередования движений, которые выполняются на согнутых и вытянутых ногах. Занятие по народному танцу должны стать основой совершенствования техники исполнения движений, помочь овладеть стилистикой народной хореографии, умением передать её национальные особенности и характерную манеру исполнения. Структура программы предполагает постепенное углубление знаний, развитие

умений и навыков обучающихся, более глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения по годам обучения с учетом возрастных и психологических особенностей детей. В младшую группу ансамбля принимаются дети, которые имеют хорошие физические, танцевальные и музыкальные данные, обладающие выносливостью и хорошей координацией движений. Система занятий в хореографическом ансамбле создает условия для многостороннего и гармоничного развития обучающихся, позволяет им самовыразиться, продемонстрировать свои способности, укрепляет здоровье, дает уверенность в себе, формирует осанку и красоту тела.

«Танцевальные этюды».

Определение этюда. Основная задача и значение этюдной работы.

Правильная организация этюдной работы. Последовательность изучения, освоение и закрепление. Освоение простейших положений и движений с последующим усложнением. Работа над координацией и техникой исполнения. Грамотное распределение физической нагрузки. Виды этюдов – сольные, дуэтные, массовые. Завершающий этап этюдной работы – разучивание сценических танцевальных номеров.

Этюды – способствуют развитию танцевальной эмоциональности.

Танцевальный этюд — это, по сути, небольшой танец или эпизод танцевального порядка, извлеченный из лучших балетных постановок или составленный преподавателем из элементов сценических характерных и народных танцев. Основная идея этюдной работы на протяжении всей учебной программы народного танца основывается на вовлечении учащихся в танец сценического, а не тренировочного порядка. Комбинируя различные танцевальные движения, нужно создавать сценически окрашенные танцевальные эпизоды, включающие в себя и технику танца, его стиль, характер, и актёрскую танцевальную выразительность. Техника танца, несомненно, должна укрепляться и развиваться, но как самоцель упражнения, она постепенно уступает первое место указанной выше обобщающей идее этюдной работы. Педагог должен проявить своё знание народного танца, умение отбирать материал для этюда и комбинировать их. Всё это можно делать лишь после того, как учащиеся технически освоили основные элементы народного танца. Давая в качестве этюда элементы национального танца, педагог должен вкратце рассказать учащимся о народе, породившем танец, об обычаях этого народа, о костюме, наиболее характерном для этого танца, а также о стилистических особенностях танца, отличающих его от танцев других народов.

«Постановочная работа» — знакомство с композицией танца, постановка танцев.

Рисунок танца всецело зависит от музыкального материала, на основе которого сочиняется данный танцевальный номер. Он должен отражать характер, образ музыки, ее стиль, находиться в тесной связи с темпом, ритмом музыкального сочинения.

Танец, его рисунок, развивается вместе с музыкой, он то замедляется, то убыстряется, то звучит еле слышно, то усиливается. В танце, так же как в

музыке, где одна фраза логически переходит в другую, один рисунок должен сменять другой. С началом новой музыкальной фразы начинается и новая танцевальная фраза. Музыкальная форма, композиторский замысел произведения должен найти адекватное выражение в композиции танца, следовательно, и в его рисунке.

Темп музыкального произведения, динамика должна получить соответствующее выражение в рисунке танца. Темп определяется не только скоростью движения, быстротой перемещения исполнителей по сценической площадке, но и определяет характер произведения. Таким образом, динамика, темп является и средствами выразительности танца. Характер и темперамент, присущие танцам определенного народа, также находят отражение в рисунке танца. Это проявляется в динамике движения, в остроте и плавности рисунка, свойственного тому или иному народному танцу.

Как выше сказано, каждый народ под влиянием условий жизни, труда, географического положения выработал в течение веков свой типичный рисунок танца, свою танцевальную лексику. В них наиболее полно раскрывается характер этого народа, его быт, его обычаи и нравы.

Следовательно, рисунок танца зависит прежде всего от замысла номера, его идеи, музыкального материала, музыкальной формы всего произведения (его внутреннего характера и образа, ритмической стороны, темпа, строения музыкальных фраз), национальной принадлежности танца (характерные черты рисунка, присущие танцам данного народа, его характер). Танцы народов Кавказа отличаются удивительной самобытностью. Они вошли в ХХI век практически в неизменном виде. Современный кавказец танцует точно так же, как и его предок несколько сот лет назад и этюды танца, соответственно, берутся из национальных танцев конкретного народа над постановкой которой работает руководитель. Самый известный из череды кавказских танцев — лезгинка.

Лезгинка — обобщенное название быстрого кавказского фольклорного танца, сочетающего резкие порывистые движения в мужской партии и лирические, скользящие движения в женской партии. Так как народов на Кавказе много (53), то у каждого народа лезгинку танцуют со своими характерными движениями и каждый народ имеет свое специфическое название для танца такого рода, но исторически в обществе закрепилось название быстрого танца народности лезгин.

Это наиболее известный и любимый всеми танец, который чаще всего исполняется по очереди несколькими импровизирующими участниками. Лезгинка бывает трех видов: сольная, парная, массовая. Техника исполнения лезгинки существуют во множествах вариаций, и каждый народ танцует ее по-своему. Однако можно выделить три типа танца, каждый из которых отличается своим неповторимым исполнением. Первый и самый распространенный — мужская одиночная лезгинка. Не случайно было бы вспомнить, что ранее танец исполнялся на свадьбе или перед боем — в связи с чем, до сих пор лезгинка сохраняет ярко выраженный агонистический элемент. Мелодия четкая, динамичная, темп быстрый, танец-

соревнование, демонстрирующий ловкость, виртуозность, неутомимость танцовщика.

Второй – это женская одиночная лезгинка, гораздо более редкая. Как уже упоминалось, девушка имитирует движения лебедя, пластика рук медленна и грациозна, а глаза слегка потуплены.

Третьей разновидностью лезгинки является парный танец, в котором орел как бы парит над лебедью, символизируя любовное стремление. Для эффектного исполнения танцор должен виртуозно владеть различными комбинациями движений и, исполняя их, не терять связь с выбранной партнершей, которая исполняя свою грациозную партию, пытается увернуться от него, как лебедка от преследующего ее орла.

Однако лезгинкой не ограничивается танцевальное наследие джигитов и прекрасных горянок, также популярны: горский танец, танец с кияжадами, танец с кувшинами, массовый танец горянок, мужской массовый танец, парный свадебный танец. Эти танцы, сопровождаемые музыкой или плясовыми напевами, открывают широкие возможности для проявления творческой индивидуальности исполнителей. динамичной пластикой всего тела и выразительной мимикой лица они то придают танцу оттенок сдержанности и величавости, то подчеркивают в нём мужественную силу, ловкость и удаль.

Все танцы народов Кавказа: сольные, парные, массовые, девичьи, мужские, будь то повседневный, отражающий тяжелую работу, праздничный, настраивающий на лирическое настроение, или воинский, обладают потрясающей энергетикой, заставляющей зрителей наблюдать за танцем неотрывно, побуждающей пуститься в пляс. Это завораживающие, чарующие танцы, нашедшие поклонников по всему миру. В ингушском танце танцевальные элементы, тесно переплетаясь с элементами техники, помогают выработке естественности, пластической красоты движений. Танцевальные движения с использованием ритма барабана и музыки перестраивают сознание, пробуждают интуицию, снимают напряжение и укрепляют дух. Танец поставлен на элементах и движениях, бытующих в ингушской народной хореографии. Исполняется с большим задором и темпераментом. По сравнению с чеченскими танцами, отличается большей экспрессией и резкостью. В определении различия между ингушскими и чеченскими танцами служит основной ингушский ход, положения рук у девушек и у юношей. У девушек в парном танце, руки выше уровня диафрагмы и плеча не поднимаются. Юноша в танце с девушкой, руки старается не раскрывать при незначительном расстоянии.

Формы контроля и аттестации.

При поступлении в хореографический коллектив педагог проводит стартовую диагностику, которая проходит уже на первом занятии, где выявляются личностные качества ребёнка и уровень его технических возможностей. Далее проводится текущий контроль, который осуществляется практически на каждом занятии с целью выявления уровня

усвоения знаний, умений и навыков ребёнка, своевременного исправления ошибок в понимании и исполнении движений и их комбинаций, равномерного усвоения программы детьми. В течение всего периода обучения проходят зачётные занятия. Они проводятся в форме открытого занятия по итогам полугодия или сдачи танца.

Структура занятий.

Система обучения кавказскому народному танцу, предполагает организацию и проведение занятий по установленной структуре в определенной последовательности.

Каждое занятие состоит из шести частей, исключение составляют – генеральная репетиция, зачетное и открытое занятие.

I часть. Организационная.

Задача: Настроить воспитанников на занятие. Проверить присутствующих по журналу. Установить индивидуальный контакт с детьми. Провести краткую беседу (информацию) познавательного характера.

II часть. Вводная.

Задача: Поклон. Разминка. Постепенное введение воспитанников в работу. Разогрев главным образом, нижних конечностей и подготовка организма к упражнениям с большей физической нагрузкой.

III часть. Подготовительная.

Задача: Сконцентрировать внимание обучающихся и сосредоточить усилия на физической нагрузке. Подготовка всех частей тела к выполнению и изучению движений, используемых в основной части. Манера и выразительность движений. Формирование осанки, совершенствование походки.

IV часть. Основная.

Задача: Педагогическая проработка основных танцевальных движений и ходов. Развитие координации движений. Обратит внимание на технику и манеру исполнения движений. Постановка характерных этюдов отработка определенных танцевальных связок, постановка танца.

V часть. Дополнительная.

Задача: Обучение технически трудным и силовым движениям. Закрепление пройденного материала. Импровизация. Составление самостоятельных разнохарактерных этюдов.

VI часть. Заключительная.

Задача: Постепенный переход к движениям с меньшей физической нагрузкой. Подведение итогов занятия. Поклон.

Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№	Содержание	Количество часов			Контроль/ аттестация
		Теория	Практика	Итого	

1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы	2		2	Входной контроль
2	Азбука классического танца	8	46	54	Текущий контроль. Контроль за правильностью выполнения. Зачет.
3	Народный сценический танец	8	42	50	Промежуточный контроль. Зачет.
4	Постановочная работа	6	28	34	Зачет
5	Итоговое занятие. Сдача программы.		2	2	Итоговый контроль.
6			Итого:	144ч.	Концерт.

Календарно-тематический план (1-ый год обучения).

№	Дата	Наименование темы	Количество часов			Контроль/ аттестация
			теория	прак тика	итого	
1		Вводное занятие. Знакомство с танцем. Знакомство с планом работы. Техника безопасности.	2		2	Входной контроль
2		Формирование осанки. Постановка корпуса, ног, рук, головы. Поклон.	1	1	2	
3		Позиции рук.	1	1	2	
4		Позиции ног.	1	1	2	
5		Полупальцы на месте. Подъемы ног.	1	1	2	
6		Полупальцы по кругу. Танцевальный шаг(ход).	1	1	2	
7		Знакомство с классическим станком. Ход на полупальцах.	1	1	2	

8	Экзерсис у станка (основные классические упражнения). Demi Plie (деми плие): 1, 2, 3, 5-й позиции. Работа над корпусом.	1	1	2	
9	Battement tendu (батман тандю) с правой ноги. Ход на полупальцах.		2	2	
10	Battement tendu (батман тандю) с левой ноги. Ход на полупальцах.		2	2	
11	Battement jete (батман жете) с правой ноги. Наклоны вперед, назад и по кругу.	1	1	2	
12	Battement jete (батман жете) с левой ноги. Ход на месте (полупальцы).		2	2	
13	Battement jete (батман жете пике) с правой ноги. Работа над пластикой рук.		2	2	
14	Battement jete (батман жете пике) с левой ноги. Работа над корпусом.		2	2	
15	Rond de jambe par terre (рон де жамб партер) с правой ноги. Ход на высоких полупальцах.		2	2	
16	Rond de jambe par terre (рон де жамб партер) с левой ноги. Ход на высоких полупальцах по диагонали.		2	2	
17	Battement fondu (батман фондю) с правой ноги. Работа над линиями.		2	2	
18	Battement fondu (батман фондю) с левой ноги.		2	2	
19	Adagio-(адажио)-медленно с правой ноги		2	2	
20	Adagio-(адажио)-медленно с левой ноги.		2	2	

21	Grand battement-(гранд батман) с правой ноги		2	2	
22	Grand battement-(гранд батман) с левой ноги		2	2	
23	Растяжка с правой ноги. Работа над корпусом и пластикой рук.		2	2	
24	Растяжка с левой ноги. Работа над корпусом и пластикой рук.		2	2	
25	Экзерсис (упражнения) на середине зала. Battement tendu (батман тандю), Battement jete (батман жете).		2	2	
26	Прыжки по 1-ой, 2-ой и 5-ой позиции.		2	2	
27	Верчение на месте, CHA^NES (шене) - исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах следующие один за другим полуповороты		2	2	
28	Pordebras-(пор де бра) - «перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону. Поклон.		2	2	Текущий контроль. Зачет.
29	Класс-урок. Общекавказский ход на месте.	1	1	2	
30	Класс-урок. Общекавказский ход по кругу.	1	1	2	
31	Класс-урок. Общекавказский ход по линии.	1	1	2	
32	Класс-урок. Общекавказский ход по диагонали.	1	1	2	
33	Класс-урок. Ингушский национальный танец. Просмотр видео.	1	1	2	

34	Класс-урок. Ингушские движения. Перескок.		2	2	
35	Класс-урок. Ингушский ход на полной ступне.		2	2	
36	Класс-урок. Ингушский ход на полупальцах.		2	2	
37	Класс-урок. Ингушский боковой ход		2	2	
38	Класс-урок. Ингушские движения на месте (с 1-ой позиции переход во 2-ую позицию). Растяжка.		2	2	
39	Класс-урок. Ингушские движения на месте (повороты направо и налево «3-я позиция рук»). Растяжка боковая.		2	2	
40	Класс-урок. Ингушские движения на месте (с 1-ой позиции рук переход в 3-ью позицию). Круговая растяжка.	1	1	2	
41	Класс-урок. Круговая растяжка с руками, (мальчики). Лирические движения на месте (девочки).		2	2	
42	Класс-урок. Закладка с руками (мальчики). Лирические движения по кругу (девочки).		2	2	
43	Класс-урок. Ингушские движения по линии.		2	2	
44	Класс-урок. Ингушские движения по диагонали.		2	2	
45	Класс-урок. Ингушский сольный этюд на месте.		2	2	
46	Класс-урок. Ингушский сольный этюд по кругу		2	2	
47	Класс-урок. Ингушский парный этюд		2	2	Промежуточный контроль. Зачет.

48	Класс-урок. Дагестанский национальный танец. Просмотр видео.	1	1	2	
49	Класс-урок. Дагестанский ход по линии, по кругу.	1	1	2	
50	Класс-урок. Дагестанский ход по диагонали.		2	2	
51	Класс-урок. Дагестанский боковой ход		2	2	
52	Класс-урок. Дагестанские движения.		2	2	
53	Класс-урок. Дагестанский сольный этюд по диагонали		2	2	
54	Класс-урок. Дагестанский парный этюд.	0,5	1,5	2	
55	Класс-урок. Ковырялка прямая.		2	2	
56	Класс-урок. Ковырялка боковая.		2	2	
57	Класс-урок. Ковырялка ножницы.		2	2	
58	Класс-урок. Ковырялка воздушная.		2	2	
59	Класс-урок. Ковырялка с переходом.		2	2	
60	Класс-урок. Ковырялка большая.		2	2	
61	Класс-урок. Ковырялка гасма.		2	2	
62	Класс-урок. Ковырялка с поворотами.		2	2	
63	Класс-урок. Постановка ингушского массового танца. Информация, показ и прослушивание музыки.	1	1	2	
64	Класс-урок. Начало танца. Ингушский ход, рисунок танца. Развитие	0,5	1,5	2	

		четкости, точности исполнения движений. Вступление, ход.				
65		Класс—урок. Развитие четкости, точности исполнения движений. Выход мальчиков.	0,5	1,5	2	
66		Класс—урок. Развитие четкости, точности исполнения движений. Выход девочек.	0,5	1,5	2	
67		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие, связка, кульминация танца.	0,5	1,5	2	
68		Класс—урок. Работа с массой под счет и музыку Сольные партии. Развязка танца.	0,5	1,5	2	
69		Класс—урок. Работа над финалом. Финал.	0,5	1,5	2	
70		Класс—урок. Проходки. Слача танца.	0,5	1,5	2	Зачет
71		Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»; «Попурри кавказские этюды», «Ингушский массовый танец».		2	2	
72		Итоговое мероприятие на базе Республиканского Центра творчества детей и юношества.		2	2	Итоговый контроль. Концерт.
			Итого: 144ч.			

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие. Знакомство с танцем. Знакомство с планом работы.
Техника безопасности.

2. *Формирование осанки. Постановка корпуса, ног, рук, головы. Поклон.* Показать правильные осанку, корпус в танце, научить поклону мальчиков и девочек
3. *Позиции рук.* Показать обучающимся 1, 2 и 3-ю позицию рук у мальчиков и у девочек.
4. *Позиции ног.* Показать обучающимся 1- 6 позиции ног.
5. *Полупальцы на месте.* Научить стоять на полупальцах.
6. *Полупальцы по кругу. Танцевальный шаг(ход).* Научить ходить на высоких полупальцах, научить танцевальному шагу
- 7- 22. *Знакомство с классическим станком. Разъяснить учащимся необходимость работы у станка.* Научить основам классических упражнений: Demi Plie (деми плие); 1, 2, 3,5-й позиции. Работа над корпусом, Battement tendu (батман тандю), Battement jete (батман жете), Rond de jambe par terre (рон де жамб партер), Battement fondu (батман фондю), Adagio (адажио), Grand battement-(гранд батман)
- 23-24. *Растяжка с правой и с левой ноги.* Работа над корпусом и пластикой рук. Научить обучающихся правильной растяжке ног с разогревом мышц. Научить держать корпус и руки в классике
25. *Экзерсис (упражнения) на середине зала. Battement tendu (батман тандю), Battement jete (батман жете).* Работа с мышцами ног. Разогрев мышц ног.
26. *Прыжки по 1-ой, 2-ой и 5-ой позиции.* Разогрев тела, работа с мышцами и дыханием,
27. *Вертение на месте, CHANES (шене) -* Научить исполнять повороты на высоких полупальцах на месте, по диагонали или по кругу
28. *Pordebras-(пор де бра) -«перегибы туловища», наклон вперед, назад, в сторону.* Научить обучающихся правильному дыханию
- 29- 32. *Класс-урок.* Научить основам танцевального хода: на месте, по кругу, по линии, по диагонали
33. *Класс-урок Ингушский национальный танец.* Видео просмотр концертных выступлений Государственного академического ансамбля танца «Ингушетия». Республика Ингушетия.
- 4-47. *Класс-урок Ингушский национальный танец.* Научить обучающихся специфике ингушского танца: ход, движение, манера, лиричность, танцевальный ход на полной ступне, ход на полупальцах, боковой ход,

движения на месте в разных позициях рук, движения на месте, по кругу, по линии, по диагонали. Работать в сольных и парных этюдах.

48- 54. *Класс-урок. Дагестанский национальный танец.* Научить обучающихся специфике дагестанского танца: ход, движение, манера, лиричность, танцевальный ход на полной ступне, ход на полупальцах, боковой ход, движения на месте в разных позициях рук, движения на месте, по кругу, по линии, по диагонали, дагестанская ковырялка в разных позициях. Работать в сольных и парных этюдах для успешного достижения высокого качества танцевания.

55-62. *Класс-урок. Ковырялки- хореографические элементы дагестанского народно-характерного танца.* Динамичные, скоростные движения, выполняемые с максимальной амплитудой, которые требуют повышенных физических усилий, проявления силы, выносливости, гибкости, координации движений, развиваются многие физические качества: увеличивается подвижность в суставах, гибкость, сила мышц и связок, выносливость. Урок народного танца, так же, как и классического, строится таким образом, чтобы движения чередовались правильно и гармонично, переключая нагрузку с одних групп мышц и связок на другие, рационально распределяя силовые нагрузки, не утомляя и не перегружая суставно-мышечный аппарат исполнителей (обучающихся).

63. *Класс-урок. Постановка ингушского массового танца.* Информация, показ и прослушивание музыки.

63-70 *Класс-урок. Постановка ингушского массового танца.* Практические занятия по постановке танцевальной композиции: работа с общим выходом, с солистами и с общим финалом.

71. *Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»:* «Кавказские этюды», «Ингушский массовый танец». Представить поставленные композиции на праздничном мероприятии по случаю завершения учебного года.

72. *Итоговое занятие.* Подведение итогов учебного процесса, домашнее задание на летний период.

Учебно-тематический план (2-ой год обучения)

№	Содержание	Количество часов			Контроль/ аттестация
		Теория	Практика	Итого	
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы	2		2	Входной контроль

2	Народный сценический танец. Проходки	14	58	72	Текущий контроль. Зачет.
3	Постановочная работа Танец «Встреча у родника»	8	22	30	Промежуточный контроль. Зачет.
4	Постановочная работа. «Горский танец».	8	22	30	Зачет
5	Прогон танцев		4	4	
6	Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»: танцы «Встреча у Родника», «Горский танец», «Ингушский массовый танец».		2	2	Зачет.
7	Отчетный концерт «РЦТДиО».		2	2	Итоговый контроль. Концерт
8	Итоговое занятие.		2	2	
9			Итого:	144ч.	

Календарно-тематический план (2-ой год обучения)

№	Дата	Наименование темы	Количество часов			Контроль/ аттестация
			Теория	Практика	Всего	
1		Вводное занятие. Знакомство с планом работы. Техника безопасности.	2		2	
2		Класс—урок. Народная середина. Чеченский национальный танец. Просмотр видео.	2		2	
3		Класс—урок. Народная середина. Чеченский ход.		2	2	
4		Класс—урок. Народная середина. Чеченский ход с руками.	1	1	2	
5		Класс—урок. Народная середина. Чеченский ход на полупальцах	1	1	2	

6	Класс—урок. Народная середина. Чеченский ход на полупальцах с руками.	1	1	2	
7	Класс—урок. Народная середина. Чеченский боковой ход		2	2	
8	Класс—урок. Народная середина. Чеченский боковой ход с руками.		2	2	
9	Класс—урок. Народная середина. Чеченский ход на месте, по диагонали, по кругу.		2	2	
10	Класс—урок. Народная середина. Чеченские движения на месте, по линии, по диагонали, по кругу.		2	2	
11	Класс—урок. Народная середина. Чеченские движения (повороты направо, налево в 3-ей позиции рук).		2	2	
12	Класс—урок. Народная середина. Чеченские движения на месте (с 3-ей позиции рук переход во 2-ую позицию).		2	2	
13	Класс—урок. Народная середина. Чеченские лирические движения		2	2	
14	Класс—урок. Народная середина. Чеченский сольный этюд на месте, по диагонали.		2	2	
15	Класс—урок. Народная середина. Чеченские парный этюд		2	2	
16	Класс—урок. Народная середина. Кабардинский национальный танец. Просмотр видео.	2		2	

17		Класс—урок. Народная середина. Кабардинский ход.	1	1	2	
18		Класс—урок. Народная середина. Кабардинский ход с руками по линии, по диагонали, по кругу.		2	2	
19		Класс—урок. Народная середина. Кабардинские движения на месте, по диагонали.		2	2	
20		Класс—урок. Народная середина. Кабардинские лирические движения		2	2	
21		Класс—урок. Народная середина. Кабардинский сольный этюд.		2	2	
22		Класс—урок. Народная середина. Кабардинский парный этюд.		2	2	
23		Класс—урок. Народная середина. Осетинский национальный танец. Просмотр видео.	1	1	2	
24		Класс—урок. Народная середина. Осетинский ход.	1	1	2	
25		Класс—урок. Народная середина. Осетинский ход с руками.		2	2	
26		Класс—урок. Народная середина. Осетинский с руками ход по линии, по диагонали, по кругу.		2	2	
27		Класс—урок. Народная середина. Осетинские движения с поворотами.		2	2	
28		Класс—урок. Народная середина. Осетинский сольный этюд	1	1	2	
29		Класс—урок. Народная середина. Осетинский парный этюд.		2	2	

30		Класс—урок. Народная середина. Грузинский национальный танец. Просмотр видео.		2	2	
31		Класс—урок. Народная середина. Грузинский ход.		2	2	
32		Класс—урок. Народная середина. Грузинский ход с руками.	1	1	2	
33		Класс—урок. Народная середина. Грузинский ход с руками по линии, по диагонали, по кругу.	1	1	2	
34		Класс—урок. Народная середина. Грузинские движения. Трюки.		2	2	
35		Класс—урок. Народная середина. Грузинские лирические движения. Трюки.	1	1	2	
36		Класс—урок. Народная середина. Грузинский сольный этюд. Трюки.		2	2	
37		Класс—урок. Народная середина. Грузинский парный этюд. Трюки.		2	2	
38		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника». Информация, показ и прослушивание музыки. Сюжет и рисунок танца.	1	1	2	
39		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Начало танца. Развитие четкости, точности исполнения движений. Вступление, ход.	1	1	2	
40		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения		2	2	

		движений. Выход девочки.				
41		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Выход мальчика.		2	2	
42		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Развитие танца.		2	2	
43		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Связка танца.		2	2	
44		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Кульминация танца.		2	2	
45		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Развязка танца.		2	2	
46		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Работа с парой под счет, под музыку. Сольные партии.	1	1	2	
47		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Проходки. Развитие четкости, точности исполнения движений. Работа над финалом.		2	2	

48		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Финал танца.		2	2	
49		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца. Работа над ошибками, над техникой, над синхронностью.		2	2	
50		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца.				
51		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца.				
52		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сдача танца.		2	2	Зачет.
53		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Постановка танца «Горский танец» Знакомство с историей танца.	1	1	2	
54		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Информация, показ и прослушивание музыки.	1	1	2	
55		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Начало танца. Рисунок танца. Развитие четкости, точности исполнения движений.	1	1	2	
56		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Вступление, ход. Движения рук и ног вместе (эпюд).		2	2	
57		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Вступление, ход. Развитие танца.	1	1	3	

58	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Связка.	1	1	2	
59	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Кульминация танца.	1	1	2	
60	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Индивидуальная работа с солистами. Трюковая часть.	1	1	2	
61	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа с массой под счет и под музыку.		2	2	
62	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развязка танца.	1	1	2	
63	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа над финалом. Финал		2	2	
64	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца. Работа над ошибками, над техникой, над синхронностью.		2	2	
65	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Итоговая отработка танца.		2	2	
66	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца.		2	2	
67	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сдача танца. Открытое занятие.		2	2	
68	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танцев.		2	2	

69		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танцев.		2	2	
70		Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»: танцы «Встреча у Родника», «Горский танец», «Ингушский массовый танец».		2	2	Зачет.
71		Отчетный концерт «РЦТДнЮ».		2	2	Итоговый контроль.
72		Итоговое занятие. Экскурсия.		2	2	
			Итого: 144ч.			

Содержание программы второго года обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Анализ работы за прошлый год. Знакомство с тематикой II-го года обучения.

2. *Класс—урок. Народная середина. Чеченский национальный танец.* Видео просмотр концертных выступлений Государственного академического ансамбля танца Чеченской Республики "Вайнах"

3-15. *Класс—урок. Народная середина. Чеченский национальный танец.* Научить обучающихся специфике чеченского танца: ход, движение, манера, лиричность, танцевальный ход на полной ступне, ход на полупальцах, боковой ход, движения на месте в разных позициях рук, движения на месте, по кругу, по линии, по диагонали. Работать в сольных и парных этюдах.

16. *Класс—урок. Народная середина. Кабардинский национальный танец.* Видео просмотр концертных выступлений Кабардино-Балкарского Государственного Академического ансамбля танца «Кабардинка».

17-22. *Класс—урок. Народная середина. Кабардинский национальный танец.* Научить обучающихся специфике чеченского танца: ход, движение, манера, лиричность, танцевальный ход на полной ступне, ход на полупальцах, боковой ход, движения на месте в разных позициях рук, движения на месте, по кругу, по линии, по диагонали. Работать в сольных и парных этюдах.

23. *Класс-урок. Народная середина. Осетинский национальный танец.* Видео просмотр концертных выступлений Государственного академического ансамбля танца "Алан" (Республика Северная Осетия-Алания).

22-29. *Класс-урок. Народная середина. Осетинский национальный танец.* Научить обучающихся специфике чеченского танца: ход, движение, манера, лиричность, танцевальный ход на полной ступне, ход на полупальцах, боковой ход, движения на месте в разных позициях рук, движения на месте, по кругу, по линии, по диагонали. Работать в сольных и парных этюдах.

30. *Класс-урок. Народная середина. Грузинский национальный танец.* Видео просмотр концертных выступлений Государственного ансамбля народного танца Грузии – «Сухошвили».

31-37. *Класс-урок. Народная середина. Грузинский национальный танец.* Научить обучающихся специфике чеченского танца: ход, движение, манера, лиричность, танцевальный ход на полной ступне, ход на полупальцах на носках, боковой ход, движения на месте в разных позициях рук, движения на месте, по кругу, по линии, по диагонали. Трюковая часть. Работать в сольных и парных этюдах.

38. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Информация, показ и прослушивание музыки. Сюжет и рисунок танца. Изучение рисунка танца и его сюжетной линии с музыкальным сопровождением. Сколько частей в танце, где заканчивается выход, начинается основная часть, а далее следует финал танца.

39. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Начало танца. Началом разучивания танца является усвоение элементов танца, танцевальных комбинаций и фигур, из которых состоит композиция танца. Движение, указать на основные особенности его техники. Показ движения обязательно сопровождается музыкой. Развитие четкости, точности исполнения движений. Вступление, ход.

40. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Выход девочки. Разучить отдельные движения девочки, составляющие основу данного танца, объединить их в танцевальную комбинацию.

41. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Выход мальчика. Разучить отдельные движения мальчика, составляющие основу данного танца, объединить их в танцевальную комбинацию.

42-45. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Развитие, связка, кульминация и развязка танца.

46. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Работа с парой под счет, под музыку. Сольные партии.

47-48. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Работа над финалом. Финал танца.

49-51. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника». Прогон танца.* Работа над техникой исполнения, над синхронностью, выразительностью, правильной манерой исполнения характерными для данного танца движениями головы, рук и т.д. Научить детей после исполнения танца не покидать сцену сразу после окончания номера, а несколько секунд постоять на месте, поклониться зрителям и организованно выйти за кулисы.

52. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка парного танца «Встреча у родника». Прогон танца.* Открытое занятие. Сдача танца.

53. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Информация, показ и прослушивание музыки. Сюжет и рисунок танца. Изучение рисунка танца и его сюжетной линии с музыкальным сопровождением. Определение частей в танце, где заканчивается выход, начинается основная часть, а далее следует финал танца.

54-55. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Информация, показ и прослушивание музыки. Знакомство с историей танца. Сюжет и рисунок танца. Изучение рисунка танца и его сюжетной линии с музыкальным сопровождением. Определение частей в танце, где заканчивается выход, начинается основная часть, а далее следует финал танца.

56. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Начало танца. Началом разучивания танца является усвоение элементов танца, танцевальных комбинаций и фигур, из которых состоит композиция танца. Движение, указать на основные особенности его техники. Показ движения обязательно сопровождается музыкой. Вступление, ход. Изучение движений. Движения рук и ног вместе (этиод).

57-59. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Развитие четкости, точности исполнения движений.

Развитие, связка, кульминация танца. Согласно этому закону танец должен сочетать в себе в гармоническом соотношении все пять его частей.

60. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Индивидуальная работа. Сольные партии. Трюковая часть.

61. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Работа с массой под счет, под музыку. Сольные партии.

62. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Развязка танца. Развязка действия – завершающая часть сюжета, следующая после кульминации.

63. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка танца «Горский танец».* Развитие четкости, точности исполнения движений. Работа над финалом. Финал танца.

64. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановка танца «Горский танец».* Прогон танца. Работа над ошибками. Работа над техникой исполнения, над синхронностью, выразительностью, правильной манерой исполнения характерными для данного танца движениями головы, рук и т.д. Научить детей после исполнения танца не покидать сцену сразу после окончания номера, а несколько секунд постоять на месте, поклониться зрителям и организованно выйти за кулисы.

65-66. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Итоговая отработка танца. Прогон танца. После того, как танец разучен полностью, отрабатываем отдельные (сложные) части, движения, исправляем ошибки. Затем идет окончательная отработка танца. Если танец массовый, добиваемся согласованности, синхронности исполнения, следим, чтобы рисунок танца исполнялся четко, ровно; расстояние между всеми участниками должно быть одинаковым, а все групповые движения исполнялись одновременно, отрабатываются сольные фрагменты.

67. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Горский танец».* Открытое занятие. Сдача танца.

68-69. *Класс-урок. Народная середина. Проходки. Прогон танцев.* Отточить технику исполнения выученных танцев. Работа над техникой исполнения, над синхронностью.

70. Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»: «Встреча у родника», «Горский танец», «Ингушский массовый танец».

Представить поставленные композиции на праздничном мероприятии по случаю завершения учебного года.

71. Отчетный концерт на итоговом мероприятии в зале Республиканского Центра творчества детей и юношества.

72. *Итоговое занятие.* Подведение итогов учебного процесса, домашнее задание на летний период. Экскурсия.

Учебно-тематический план (3-ий год обучения)

№	Содержание	Количество часов			Контроль/ аттестация
		Теория	Практика	Итого	
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы	2		2	
2	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танцев. «Ингушский массовый». «Горский танец». «Встреча у родника».		6	6	
3	Мероприятие, посвященное празднования Дня учителя.		2	2	Входной контроль
4	Просмотр видеоматериала с танцами народов Северного Кавказа и Закавказья.	2		2	
5	Постановочная работа. «Чеченский танец».	2	44	46	Текущий контроль. Зачет.
6	Посещение национальных хореографических коллективов РИ. Посещение студии Государственного ансамбля «Ингушетия».	4		4	
7	Постановочная работа. «Дагестанский танец»	4	36	40	Промежуточный контроль.
8	Постановочная работа «Грузинский танец»	6	28	34	Зачет
9	Прогон танцев		4	4	
10	Выступление на базе школы в рамках мероприятия		2	2	

	«Последний звонок»: танцы «Чеченский танец», «Дагестанский танец», «Грузинский танец».				
1	Итоговое занятие. Сдача программы.		2	2	Итоговый контроль. Концерт.
			Итого:	144ч.	

Календарно-тематический план ансамбля «Нарт» (3-й год обучения)

№	Дата	Наименование темы	Количество часов			Контроль/ аттестация
			Теория	Практика	Всего	
1		Вводное занятие. Знакомство с планом работы. Техника безопасности.	2		2	
2		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца «Ингушский массовый».		2	2	Входной контроль.
3		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца «Горский танец».		2	2	
4		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца «Встреча у родника».		2	2	
5		Мероприятие, посвященное празднования Дня учителя.		2	2	
6		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Просмотр видеоматериала с танцами народов Северного Кавказа и Закавказья.	2		2	

7		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа. «Чеченский танец». Знакомство с историей танца.		2	2	
8		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Информация, показ и прослушивание музыки.	1	1	2	
9		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Начало танца. Чеченский ход, рисунок танца.		2	2	Анализ творческой активности
10		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Движение рук в танце.		2	2	
11		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Движения рук и ног вместе (эпюд).		2	2	Анализ творческой активности
12		Класс—урок. Народная середина. Различные схемы выхода на сцену с правого, левого угла и с середины сцены.		2	2	Анализ творческой активности
13		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Проходки. Вступление, ход.		2	2	Анализ творческой активности
14		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие танца.		2	2	Текущий контроль
15		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Связка.		2	2	Анализ творческой активности
16		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Кульминация танца.		2	2	Промежуточный контроль.
17		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сольные партии солистов.		2	2	Анализ творческой активности

18	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Индивидуальная работа.		2	2	Анализ творческой активности
19	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа с массой под счет.		2	2	Анализ творческой активности
20	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа с массой под музыку.		2	2	Анализ творческой активности
21	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развязка танца.		2	2	Анализ творческой активности
22	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа над финалом		2	2	Анализ творческой активности
23	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Финал.		2	2	
24	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца. Работа над ошибками.		2	2	
25	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа над техникой.		2	2	
26	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа над синхронностью.		2	2	
27	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Итоговая отработка танца.		2	2	
28	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сдача танца. Открытое занятие «Чеченский танец»		2	2	Зачет
29	Посещение национальных	2		2	Экскурсия

		хореографических коллективов.				
30		Посещение студии Государственного ансамбля «Ингушетия».	2		2	Экскурсия
31		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа. «Дагестанский танец. Знакомство с историей дагестанского танца.	1	1	2	Анализ творческой активности
32		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Информация, показ и прослушивание музыки.	1	1	2	
33		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Начало танца. Дагестанский ход, рисунок танца, Развитие четкости, точности исполнения движений	1	1	2	
34		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Движение рук в танце.		2	2	
35		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Движения рук и ног вместе (эпюд).	1	1	2	
36		Класс—урок. Народная середина. Различные схемы выхода на сцену с правого, левого угла и с середины сцены.		2	2	
37		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Проходки. Вступление, ход.		2	2	Анализ творческой активности
38		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие танца.		2	2	

39	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Связка.	2	2	
40	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Кульминация танца.	2	2	
41	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сольные партии солистов.	2	2	
42	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Индивидуальная работа.	2	2	
43	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа с массой под счет.	2	2	
44	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа с массой под музыку.	2	2	
45	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развязка танца.	2	2	
46	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа над финалом.	2	2	
47	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Финал.	2	2	
48	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца. Работа над ошибками, над техникой, над синхронностью.	2	2	
49	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Итоговая отработка танца.	2	2	Анализ творческой активности

50		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сдача танца. Открытое занятие «Дагестанский танец».		2	2	Зачет.
51		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа «Грузинский танец» Знакомство с историей грузинского танца.		2	2	
52		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Информация, показ и прослушивание музыки.		2	2	
53		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Начало танца. Грузинский ход, рисунок танца. Развитие четкости, точности исполнения движений		2	2	Педагогическое наблюдение
54		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Движение рук в танце.		2	2	
55		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Движения рук и ног вместе (этюды).	1	1	2	Анализ творческой активности.
56		Класс—урок. Народная середина. Различные схемы выхода на сцену с правого, левого угла и с середины сцены.		2	2	
57		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Проходки. Вступление, ход.		2	2	Анализ творческой активности.
58		Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развитие танца.		2	2	Текущий контроль.

59	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Связка.	2	2	Анализ творческой активности.
60	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Кульминация танца.	2	2	
61	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Сольные партии солистов.	2	2	
62	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Индивидуальная работа.	2	2	Анализ творческой активности.
63	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа с массой под счет, под музыку.	2	2	
64	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Развязка танца.	2	2	Анализ творческой активности.
65	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Работа над финалом. Финал.	2	2	
67	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танца. Работа над ошибками, над техникой, над синхронностью.	2	2	
68	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Итоговая отработка танца. Сдача танца «Грузинский танец».	2	2	Зачет
69	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Репетиции. Прогон танцев.	2	2	Текущий контроль.
70	Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»	2	2	Итоговый контроль.

71	Класс—урок. Народная середина. Проходки. Репетиции. Прогон танцев.	2	2	
72	Отчётный концерт «Республиканский Центр творчества детей и юношества» «Ингушский массовый» «Горский танец» «Встреча у родника» «Чеченский танец» «Дагестанский танец» «Грузинский танец»	2	2	Итоговый анализ освоения программы.
		Итого: 144ч.		
	Итоговое занятие.			Экскурсия.

Содержание программы третьего года обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Анализ работы за прошлый год. Знакомство с тематикой III-го года обучения.

2-4. Класс—урок. Народная середина. Проходки. Прогон танцев: «Ингушский массовый», «Горский танец», «Встреча у родника». Отточить технику исполнения выученных танцев. Работа над техникой исполнения, над синхронностью, выразительностью, правильной манерой исполнения характерными для данного танца движениями головы, рук, ног и т.д.

5. Выступление на базе школы в рамках мероприятия, посвященное празднования Дня учителя, с концертной программой: «Ингушский массовый», «Горский танец», «Встреча у родника».

6. Класс—урок. Народная середина. Проходки. Просмотр видеоматериала с танцами народов Северного Кавказа и Закавказья, показать насколько они разнообразны, что у каждого народа есть свой характер, а также свой, характерный только этому народу, музыкальный ряд. Закрепить знания о хореографии и костюмах народов Северного Кавказа и Закавказья.

7. Класс—урок. Народная середина. Проходки. Постановочная работа. «Чеченский танец». Знакомство с историей танца. Тема и идея (замысел) хореографического произведения; стиль танца— характерные черты и свойства (особенности); характеристика действующих лиц; музыкальный материал; продолжительность музыкальной фразы; логика развития рисунка от простого к сложному; контрастность движения и музыки; единство музыки, рисунка, костюма; темп, ритм.

8. *Класс-урок. Народная середина. Проходки.* Постановочная работа. «Чеченский танец». Информация, показ и прослушивание музыки. Контрастность движения и музыки; единство музыки, рисунка.

9. *Класс-урок. Народная середина. Проходки.* Постановочная работа. «Чеченский танец». Начало танца. Основная часть. Композиция танца. Рисунок танца.

Рисунок танца в хореографическом произведении зависит прежде всего от замысла номера, его идеи, музыкального материала, музыкальной формы всего произведения (его внутреннего характера, образа, ритмической стороны, темпа, строения музыкальных фраз). Он зависит также от национальной принадлежности танца (характерные черты рисунка, присущие танцам данного народа).

10-27. *Класс-урок. Народная середина. Проходки.* Постановочная работа «Чеченский танец». Движение рук в танце. Движения рук и ног вместе (этиод). Различные схемы выхода на сцену с правого, левого угла и с середины сцены. Вступление, ход. Связка. Кульминация. Сольные партии солистов. Индивидуальная работа с солистами. Работа с массой под счет. Работа с массой под музыку. Развязка танца. Работа над финалом. Финал. Работа над ошибками: над техникой, над синхронностью. Итоговая отработка танца.

28. *Класс-урок. Народная середина. Проходки.* Постановка «Чеченский танец». Открытое занятие. Сдача танца.

29-30. Посещение национальных хореографических коллективов РИ. Посещение студии Государственного ансамбля «Ингушетия».

31. *Класс-урок. Народная середина. Проходки.* «Дагестанский танец». Постановка танца Знакомство с историей дагестанского танца. Тема и идея (замысел) хореографического произведения; стиль танца— характерные черты и свойства (особенности); характеристика действующих лиц; музыкальный материал; продолжительность музыкальной фразы; логика развития рисунка от простого к сложному; контрастность движения и музыки; единство музыки, рисунка, костюма; темп, ритм.

32. *Класс-урок. Народная середина. Проходки.* Постановка «Дагестанский танец». Информация, показ и прослушивание музыки. Строения музыкальных фраз. Контрастность движения и музыки; единство музыки, рисунка и костюма.

33. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Постановочная работа. «Дагестанский танец». Начало танца. Дагестанский ход. Основная часть. Композиция танца. Рисунок танца. Рисунок танца. Хореографический замысел номера, его идеи, музыкального материала, музыкальной формы всего произведения (его внутреннего характера, образа, ритмической стороны, темпа, строения музыкальных фраз). Характер танца в зависимости от национальной принадлежности (характерные черты рисунка, присущие танцам данного народа).

34-49. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Постановочная работа. «Дагестанский танец». Движение рук в танце. Движения рук и ног вместе (эпюд). Различные схемы выхода на сцену с правого, левого угла и с середины сцены. Вступление, ход. Связка. Кульминация. Сольные партии солистов. Индивидуальная работа с солистами. Работа с массой под счет. Работа с массой под музыку. Развязка танца. Работа над финалом. Финал. Работа над ошибками. Работа над техникой. Работа над синхронностью. Итоговая отработка танца.

50. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Постановка «Чеченский танец». Открытое занятие. Сдача танца.

51. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* «Дагестанский танец». Постановка танца. Знакомство с историей дагестанского танца. Тема и идея (замысел) хореографического произведения; стиль танца— характерные черты и свойства (особенности); характеристика действующих лиц; музыкальный материал; продолжительность музыкальной фразы; логика развития рисунка от простого к сложному; контрастность движения и музыки; единство музыки, рисунка, костюма; темп, ритм.

52. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Постановка «Дагестанский танец». Информация, показ и прослушивание музыки. Строения музыкальных фраз. Контрастность движения и музыки; единство музыки, рисунка и костюма.

53. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Постановка «Дагестанский танец». Начало танца. Дагестанский ход. Основная часть. Композиция танца. Рисунок танца. Рисунок танца. Хореографический замысел номера, его идеи, музыкального материала, музыкальной формы всего произведения (его внутреннего характера, образа, ритмической стороны, темпа, строения музыкальных фраз). Характер танца в зависимости от национальной принадлежности (характерные черты рисунка, присущие танцам данного народа).

54-68. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Постановка «Дагестанский танец». Движение рук в танце. Движения рук и ног вместе (этиод). Различные схемы выхода на сцену с правого, левого угла и с середины сцены. Вступление, ход. Связка. Кульминация. Сольные партии солистов. Индивидуальная работа с солистами. Работа с массой под счет. Работа с массой под музыку. Развязка танца. Работа над финалом. Финал. Работа над ошибками. Работа над техникой. Работа над синхронностью. Итоговая отработка танца. Сдача танца.

69. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Репетиции. Прогон танцев.

70. Выступление на базе школы в рамках мероприятия «Последний звонок»: танцы «Чеченский танец», «Дагестанский танец», «Грузинский танец».

71. *Класс—урок. Народная середина. Проходки.* Репетиции. Прогон танцев.

72. Отчетный концерт «Республиканский Центр творчества детей и юношества»: «Ингушский массовый» «Горский танец» «Встреча у родника» «Чеченский танец» «Дагестанский танец» «Грузинский танец».

Материально - техническое обеспечение для реализации программы:

1. Репетиционный зал
2. Гармоника
3. Аккордеон
4. Доул, палочки
5. Станок для проведения классического экзерсиса
6. Зеркала
7. Гардеробная
8. Костюмерная
9. Концертные костюмы соответственно репертуару.
10. Видеотехника.
11. Музыкальный центр.
12. Видеозаписи выступлений хореографических коллективов.

Список литературы.

1. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
2. Смирнова М.В. Классический танец. - Выпуск 3. - М., 1988.
3. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. - М.: Музыка, 1990.
4. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1999.
5. С.Руднева, Э.Фиш Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб., 2000;
6. Искусство балетмейстера. Р.Захаров. М., 1954;
7. Сочинение танца. Р.Захаров. М., 1983;
8. Классический танец. История и современность. Л.Д.Блок, М., 1986;
9. Азбука хореографии. Т.Барышникова, СПб., 1996;
10. Школа танца для юных. И.Бурмистрова, К.Силаева, СПб., 2003.
11. Ваганова А.Я. Основы классического танца. СПб.: издательство «Лань», 2003.
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца, 1980.
13. Климов А. Основы русского народного танца, Москва, «Искусство» 1994.
14. Субботинский Е.В. «Ребенок открывает мир», Москва, 1991.
15. Конорова Е.В. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства», Москва 1953.
16. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: Учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ искусств, КГАКиИ 2000-101С.
17. Ткаченко Т. Народный танец. Москва. Искусство, 1967.
18. Богданов Г. Работа над танцевальной речью. «Я вхожу в мир искусств» - №4-2006
19. А.Х.Танкиев.Ингуши.Сборник статей и очерков по истории и культуры Ингушского народа.Саратов.1996 г.
20. Р.С.Куркиев. Из истории ингушского танца. Назрань, 2016г.
21. Е.Е.Студенецкая. Одежда народов Северного Кавказа.18-19 вв.-М «Наука»-1989 г.
22. Богданов Г.П. Несколько шагов к фольклорному танцу. - М., 1987.
23. Бухвостова Л.В., Щекотина А.С. Композиция и постановка танца.- Орел, 2001.
24. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. - М.: Искусство, 1987.