



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ НАРОДНОГО ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА  
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФИИ

СПЕЦИФИКА РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ХОРЕОГРАФА С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО  
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (РУССКИЙ ТАНЕЦ)

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 51.03.02 Народная художественная культура  
Направленность программы бакалавриата  
«Руководство хореографическим любительским коллективом»

Проверка на объем заимствований:  
59,82 % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована  
«29» 12 2017 г.  
зав. кафедрой хореографии  
А.Г. Чурашов Чурашов А.Г.

Выполнил (а):  
Студент (ка) группы ЗФ-407-115-3-1  
Кулагин Дмитрий Александрович

Научный руководитель:  
к.п.н. доцент  
Л.А. Клыкова Клыкова Л.А.

Челябинск  
2017

## Содержание

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ	6
1.1. История развития русского танца	6
1.2. Роль хореографического искусства в воспитании культуры детей	11
ГЛАВА 2. СПЕЦИФИКА РАБОТЫ ПЕДАГОГА ХОРЕОГРАФА И ЕЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ	17
2.1. Возрастные и гендерные особенности детей младшего школьного возраста	17
2.2. Педагогические условия процесса обучения детей танцу	27
2.3. Специфика работы с участниками хореографической студии	31
2.4. Разработка русского танца «У колодца»	36
2.5. Разработка открытого урока	45
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	50
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	52

## ВВЕДЕНИЕ

Хореографическое искусство всегда играло немаловажную роль в жизни общества: в древнем мире танец носил ритуальный или религиозный характер, например, его исполняли для удачной охоты или посвящали какому-нибудь богу. В Средние века танец стал главным развлекательным элементом повседневной жизни народа. Исторически так сложилось, что танцу начинали обучать ещё в детстве, приглашая специального педагога. Посредством обучения танцу решался сразу комплекс задач. С одной стороны, это физическое воспитание: вырабатывается плавность и координация движений, осанка и грация. С другой стороны – эстетическое: прививается вкус, культура поведения и правила этикета, развивается самодисциплина, музыкальность и чувство ритма. И, что немаловажно, танец – это средство общения и социализации ребенка в обществе.

Используя специфические средства искусства танца, заинтересованность детей, преподаватели хореографии имеют возможность проводить большую воспитательную работу, которую необходимо начинать со знакомства родной культуры через русские народные танцы.

Русский танец – это самый древний и богатый вид искусства: очень интересный, многогранный, яркий, несущий в себе огромный эмоциональный заряд. Народный танец является родоначальником всех направлений танца, которые формировались в течение многих веков на его основе, это и классический, и историко-бытовой, и эстрадный, и современный танец.

Этому вопросу всегда уделялось много внимания. Многие ученые посвящали свои научные труды вопросам развития детей, посредством русского танца. В наше время современные ученые Н.И. Заикин, Н.А. Заикина, Г.П. Гусев, Т.В. Пуртова и др. продолжают изучать эту тему.

Педагогический процесс хореографа строится таким образом, чтобы дети, приобретая знания, овладевая навыками и умениями, одновременно

формировали бы свое мировоззрение, приобретали лучшие взгляды и черты характера.

Актуальность исследования состоит в том, что общеобразовательная школа, оставаясь центральным звеном в формировании и развитии эстетической культуры школьников и подростков, не полностью реализует дидактические возможности предметов образовательной области «Искусство» и практически не использует возможности хореографии. Несомненно, в процессе занятий хореографией происходит гармоничное развитие детей.

Тема исследования «Специфика работы педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста (русский танец)».

Цель исследования – на основе теоретического анализа психолого-педагогической и научной литературы изучить специфику работы педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста и выявить влияние русского танца на развитие.

Объект исследования – специфика работы педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста.

Предмет исследования – методы работы педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

- 1) проанализировать психолого-педагогическую и научную литературу по истории развития русского танца;
- 2) выявить формы и методы работы педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста;
- 3) определить возрастные и гендерные особенности детей младшего школьного возраста;
- 4) рассмотреть влияние занятий хореографией на умственное, физическое, эмоциональное и эстетическое развитие детей младшего школьного возраста;
- 5) разработать рисунок русского танца, разработать открытый урок.

Методы исследования: теоретический анализ программно-методической и научной литературы, анализ практического опыта, наблюдение, обобщение.

База исследования: хореографическая студия г. Оренбург.

Структура работы: введение, две главы, заключение, список литературы.

## ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ

### 1.1. История развития русского танца

Танец – это особый вид народного искусства.

Не поддаётся счету, сколько различных танцев бытовало на Руси и существует даже до сих пор в современной России. Они имеют самые разнообразные названия: иногда по песне, под которую танцуются, иногда по характеру празднества или события, или места где они исполнялись. Но во всех этих столь различных танцах есть что-то общее, характерное для русского народа, это широта движения, удаль и сила, весёлость и озорство, особенная жизнерадостность, мягкость, лиричность и поэтичность, сочетание скромности и простоты с большим чувством благородства и достоинства.

Многие из общих для славян черт характера – свободолюбие, неукротимость воли, миролюбие, страстное тяготение к искусствам, гостеприимство и веселость нрава – особенно заметно проявлялись в играх, плясках, хороводах. "Не могу назвать, – говорит наш с вами современник, великий балетмейстер Игорь Александрович Моисеев,- более многоликого, податливого и благодарного для хореографии материала, равного по своим качествам русскому фольклору" (34).

У русского народного танца своя многовековая история. В V-VII веках народные танцы исполнялись на лоне Природы в празднествах «народных игрищ». На их характер налагали отпечаток древние ведические представления мира.

Например, в одном старинном сказании о царстве Моравском гусяр-рассказчик упоминает о плотях на озерах, где собирались молодые люди и «водили хороводы да играли кругами». Трудно себе представить, что же за такие танцы исполнялись древними русичами на этих неустойчивых плотях.

В древних русских обрядовых танцах, насколько можно судить, проявлялись формы мышления, свойственные ведическому представлению мира. Одухотворение природы по аналогии с живыми существами,

представление о том, что за каждым предметом природы скрывается определённый дух и что каждый предмет — живой. Вера в силу слова, ритма, пластического действия, телодвижения, при помощи которых можно влиять на силу природы и вызывать определённые результаты. Гармонизация всех природных сил, понимание единства и общего проникновения всего сущего во всём мироздании.

До нашего времени дошло совсем немного, это уже довольно поздние календарные и бытовые обряды, которые в своё время естественно влияли на всё творчество русского народа.

Семейные обряды связаны с событиями в жизни отдельного человека — рождением, вступлением в пору зрелости, созданием семьи, смертью.

Русские народные танцы были популярны еще в Древней Руси. Это веселые заводные хороводы, народные гуляния, которые широко применялись на различных ярмарка, увеселительных программах, праздниках Древней Руси.

Народная хореография всегда была тесно связана с жизнью и развитием общества, с его экономическим и социальным укладом, с верой, с эстетическими требованиями времени.

Каждая эпоха как в зеркале отражается в танцевальной культуре народа. Фольклор наполняет душу каждого человека гордостью за свой народ, воспитывает уважение, любовь и чувство патриотизма.

Велико многообразие русского народного танцевального искусства. Хороводы, переплясы, игровые и другие народные танцы поражают своим многообразием, богатством движений. В танце народ раскрывает свой характер, передает мысли, настроения, переживания.

В дохристианской Руси были широко распространены яркие народные игрища, которые приурочивались к календарным ведическим праздникам, например, Ярилин день — праздник Солнца, Таусень — Новый год, Обжинки (Овсень) — сбор урожая, Коляда — зимний праздник и разные другие.

Большинство русских писателей, поэтов, музыкантов, учёных-исследователей, просто культурных и образованных людей относились к русскому танцу, как и ко всему творчеству русского народа с искренним уважением и восторженностью. Стремились не только к более глубокому познанию народного творчества, но и к оценке его. Выступали против сусальной стилизации, против официальной «народности», против насильственного внедрения чужеземных обычаев.

Я. Штелин был исследователем многих областей русской культуры, а в музыке он по праву считается первым исследователем-музыковедом. Его работы являются основным материалом по искусству 18 века в России. Такие, например, как "Известия о музыке в России" и "Известия об искусстве танца и балетах России" представляют большую ценность как музыкальную, так и исторически-достоверную. Позвольте привести цитату: "Простой русский деревенский танец – по-видимому, древнего славянского происхождения с некоторой примесью татарщины. Он заключается в изящном и медленном движении дамы и в частых глубоких сгибаниях и выпрямлениях кавалера или в его приседаниях, при которых ноги в коленях быстро вытягиваются и снова сгибаются (33).

Русский народ, создавший на протяжении своей многовековой трагически-прекрасной истории, великолепные былины, мудрые сказки, чудесные переплетения кружев, необыкновенные изделия из глины, потрясающе интересную и разнообразную резьбу по дереву и кости, красочную роспись по дереву, прелестную лаковую миниатюру, изумительные по красоте и оригинальности ювелирные украшения, а ещё множество богатых по содержанию и ритмически ярких лирических, героических, свадебных, игровых, плясовых песен, создал также яркую, изумительную по красоте и открытости чувств народную хореографию.

Немец Штелин (1707-1785) был известным исследователем многих областей русской культуры, а в музыке он по праву считается первым исследователем-музыковедом. Его работы являются основным материалом

по искусству XVIII века в России и вот его фраза: «Во всём танцевальном искусстве Европы не сыскать такого танца, который бы мог превзойти русскую деревенскую пляску и никакой другой национальный танец в мире не сравнится по привлекательности с этой пляской!» (33).

Большой популярностью в народе пользовались пляски-импровизации. В них танцоры не были скованы определенной танцевальной хореографической композицией. Каждому исполнителю давалась возможность выразить себя, показать, на что он способен. Такие пляски всегда были неожиданны для зрителей, а порой и для самих исполнителей.

Народные пляски можно назвать игровыми или танцами-играми, поскольку в них очень ярко выражено игровое начало. В своих движениях танцующий не просто подражал повадкам зверей или птиц, а старался придать им черты человеческого характера.

Без образа нет танца. Если не возникает хореографический образ, то остается только набор движений, в лучшем случае иллюстрация события. Для русского народного танца типично осмысленное отношение к событиям жизни. Конечно, танцоры пользуются элементами, имитирующими, к примеру, походку, полеты, повадки животных. Но это не просто изображение, допустим, птицы, а игра-пляска, где условием ее является «перепляс», в котором торжествуют ловкость, выдумка и мастерство в изображении.

Очень важно, чтобы созданию образа танца были подчинены все компоненты: движения и рисунки, то есть хореографическая образная пластика, музыка, костюм, цвет. При этом выразительные средства танца существуют не сами по себе, а как образное выражение мысли.

Пляска впрямую была распространена по всей Руси. В раннем средневековье общая численность русичей не превышала и миллиона, язык был единым, а общение внутри воинского сословия было дружественным. Но рос род славянский, увеличивалась численность, появлялись особенности в

языке, культуре, появлялась вариативность в способах боя, видоизменялись и единые прежде боевые танцы.

Ползунки, это особый вид перемещения на нижнем уровне, из которого можно наносить удары и выполнять прыжки. Атаки оружием усиливались ударами и подсечками выполняемыми ногами. Руки, поставленные на землю, давали дополнительную опору, в них можно держать оружие и подбирать его с земли.

Необходимые, специфические для такой манеры боя двигательные навыки и особенно выносливость, и тренированность, мужчины вырабатывали, постоянно практикуясь в плясе и бойцовских состязаниях.

Важность русских хороводов для нашего народа столь велика, что мы, например, кроме, пожалуй, русских народных свадеб, не знаем ничего подобного. Хороводы занимают в жизни русского народа три годовые эпохи: весну, лето и осень. В хороводах мы открываем творческую силу народной поэзии, самобытность вековых созданий. И только при этом взгляде наша русская культура ничего подобного не имеет в мире. Отнимите у русского народа лирику, романтизм, стремление к красоте — поэзию, уничтожьте его веселый открытый дух, лишите его светлых, восторженных игрищ, и наша народность останется без творчества — без жизни. Этим и отличается русская жизнь от всех других славянских поколений, да и от всего прочего мира в целом.

Первоначальное значение русского хоровода, кажется, потеряно навсегда. Мы не имеем никаких источников, указывающих прямо на время его появления на русской земле, и поэтому все предположения так и остаются предположениями.

Бывают хороводы праздничные, бывают повседневные, бытовые. Праздничные хороводы — самые древние: с ними сопряжено воспоминания прошлого, незапамятного народного праздника.

Русские хороводы распределены по времени года, свободным дням жизни и по сословиям. Весна и осень, два времени, в которые крестьяне более

всего веселились. Принимая разделение хороводов на весенние, летние и осенние, можно увидеть настоящую картину русской жизни и правильнее отследить за постепенным ходом народных обычаев.

Самобытность русского хоровода заключается в многообразии видов, в неразрывной связи его содержания с русской действительностью, в характере исполнения и бытования, в преемстве его с древними обрядами.

Под влиянием времени и людей происходит изменение и видов хороводов. В русском народном танце наряду с игровыми хороводами, где отдельные группы исполнителей или солисты разыгрывали сюжет песни, также появляются и новые виды хороводов: «наборные», «разборные» или «разводные».

История трансформации хороводов происходит и в наши дни: усиленная эффектная костюмизация, театрализация и стилизация, современное звуковое сопровождение, световые и видео эффекты и др.

Можно относиться к современности по-разному, но нельзя относиться к прошлому с пренебрежением. Необходимо развиваться, но надо всё же знать, как было, а к культуре своего народа надо не только относиться с почитанием, но и понимать, что народное творчество, это, что мы из себя представляем.

## 1.2. Роль хореографического искусства в воспитании культуры детей

В формировании эстетической и художественной культуры личности хореографическое искусство является важнейшим аспектом эстетического воспитания. Хореография – это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Дети стремятся увидеть это на балетных спектаклях, в художественных альбомах, видеофильмах. Последующие их самостоятельные мнение и суждение порой заслуживают уважения. Доктор Селия Спарджер, автор книги «Анатомия и

балет», бывший консультант Королевского балета Англии, писала, что «балет является слишком сложным средством воспитания осанки, дисциплинированного и красивого движения, быстрой мозговой реакции и сосредоточенности, чтобы ограничить его изучение лишь для немногих избранных» (25, с.112).

Хореографическое искусство всегда играло немаловажную роль в жизни общества: в древнем мире танец носил ритуальный или религиозный характер, например, его исполняли для удачной охоты или посвящали какому-нибудь богу. В Средние века танец стал главным развлекательным элементом повседневной жизни народа. Исторически так сложилось, что танцу начинали обучать ещё в детстве, приглашая специального педагога. Посредством обучения танцу решался сразу комплекс задач. С одной стороны, это физическое воспитание: вырабатывается плавность и координация движений, осанка и грация. С другой стороны – эстетическое: прививается вкус, культура поведения и правила этикета, развивается самодисциплина, музыкальность и чувство ритма. И, что немаловажно, танец – это средство общения и социализации ребенка в обществе. В наши дни, хореографическое искусство приобрело широкое распространение в дошкольных учреждениях, общеобразовательных школах и отделениях дополнительного образования. Хореографическое искусство имеет богатую возможность широкого осуществления воспитательных задач. Именно поэтому очевидна актуальность освещения данной темы.

"Танец – единственное искусство, материалом для которого служим мы сами" Тед Шон (основоположник направления «модерн», педагог и хореограф). Ребенок, владеющий балетной осанкой, восхищает окружающих. Но ее формирование - процесс длительный, требующий многих качеств от детей. Дисциплинированность, трудолюбие и терпение – те свойства характера, которые необходимы не только в хореографическом классе, но и в быту. Эти качества годами воспитываются педагогами-хореографами и определяют успех во многих делах. Чувство ответственности, так

необходимое в жизни, двигает детей, занимающихся хореографией, вперед. Нельзя подвести рядом стоящего в танце, нельзя опоздать, потому что от тебя находятся в зависимости другие, нельзя не выучить, не выполнить, не доработать. Открытые отношения между детьми, педагогом и учениками, наличие здорового мнения в коллективе и активного творческого процесса побуждает детей соотносить интересы личные с групповыми, коллективными. У каждого есть определенная обязанность и ребенок знает, что ее никто кроме него не выполнит. Это приносит детям большое удовлетворение (21,с.38).

Воспитание этикета является одной из сторон на занятиях по хореографии. Приятно видеть, что дети из хореографического класса никогда не пройдут впереди старшего, мальчики подадут руку при выходе из автобуса, сумки и портфели девочек – в руках у мальчиков. Внимание и забота о других – необходимое качество в характере детей, и занятия хореографией решают эти задачи.

Хореографическое искусство у ребенка является дополнением и продолжением его реальной жизни, обогащая ее. Занятия этим искусством приносят ему такие ощущения и переживания, которых он не мог бы получить из каких-либо иных источников (24, с.110).

Воспитательная работа должна проводиться систематически, только тогда она приведет к положительным результатам. Склонность детей бросать начатое дело на полдороге в дальнейшем оборачивается несобранностью уже взрослого человека, поэтому всю воспитательную работу в коллективе педагог должен строить по принципу интереса, он является основным и определяющим. Он поддерживается постоянным изучением нового хореографического материала (движение, танцевальная комбинация, танцевальный этюд, номер, подготовка или проведение какого-то мероприятия и т.д.). Все это вызывает положительные эмоции у детей, влияет на нравственный настрой и развитие их эстетической культуры: просмотр балетных спектаклей, прослушивание музыки, знакомство с

творчеством мастеров хореографии. Увлечение и вдохновение - источник интеллектуального роста личности. Интеллектуальное чувство, которое испытывает ребенок в процессе овладения знаниями - это та ниточка, на которой держится желание учиться. Если обучение сопровождается яркими и волнующими впечатлениями, познание становится очень крепким и необходимым. Дети начинают приобретать книги, собирать вырезки и фотографии из газет и журналов с артистами балета, ансамблями, прослушивать аудиозаписи с музыкой различных направлений и т.д. Занятия становятся интересными, и тогда ребенок видит результаты своих усилий в творчестве.

Специфика воспитательной работы в хореографическом коллективе обусловлена органичным сочетанием художественно-исполнительских, общепедагогических и социальных моментов в ее проведении и обеспечении. Усилия педагога направлены на формирование у детей мировоззрения, на воспитание высокой нравственной культуры, на художественное и эстетическое развитие. Эти задачи решаются с вовлечением детей в художественно-исполнительскую деятельность, с организацией учебно-творческой работы. Поэтому первый уровень воспитания ребенка в хореографическом коллективе – это образование и обучение его как исполнителя. Второй уровень воспитания – это формирование ребенка как личности, развития в нем гражданских, нравственно-эстетических качеств, общей культуры.

Хореографическое искусство у ребенка является дополнением и продолжением его реальной жизни, обогащая ее. Занятия этим искусством приносят ему такие ощущения и переживания, которых он не мог бы получить из каких-либо иных источников.

Родители отдают детей в хореографические коллективы для занятий, укрепляющих здоровье, расширяющих общий культурный и художественный кругозор, являющихся формой удовлетворения духовных потребностей, средством развития эстетического вкуса. Поэтому отношение

детей к занятиям носит индивидуальный и строго выборочный характер. Ребенок воспринимает, запоминает и выполняет то, что его интересует, привлекает (23,с.34).

Воспитательная работа должна проводиться систематически, только тогда она приведет к положительным результатам. Сложность воспитательной работы определяется тем, что дети в коллективе встречаются различного уровня культуры и воспитания. Сосредоточить их интересы порой непросто. При этом педагогу-руководителю приходится проявлять такт, чуткость, применять индивидуальный подход к детям. Он должен заинтересовать детей, использовать в работе возможности каждого ребенка, его перспективы. В обращении с детьми необходимо проявление симпатии, уважительного интереса к их радостям и огорчениям, к их сложностям в жизни. Поэтому педагогу необходимо понимать взаимоотношения детей, их внутренний мир. Ребенок, вступая в мир знаний по хореографии, должен знать, что каждое занятие обязательно. Пропуски без уважительных причин не возможны в силу специфики хореографического искусства. Дети просто не смогут выполнять те задачи, с которыми они сталкиваются. Дело даже не в достижении результатов, а в понятии долга, его выработке и развитии. То, чем начал заниматься, должно быть выполнено добросовестно и доведено до конца. Склонность детей бросать начатое дело на полдороге в дальнейшем оборачивается несобранностью уже взрослого человека, поэтому всю воспитательную работу в коллективе педагог должен строить по принципу интереса, он является основным и определяющим. Он поддерживается постоянным изучением нового хореографического материала (движение, танцевальная комбинация, танцевальный этюд, номер, подготовка или проведение какого-то мероприятия и т.д.). Все это вызывает положительные эмоции у детей, влияет на нравственный настрой и развитие их эстетической культуры (36,с.28).

Следует отметить, что среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место.

Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие. (19,с.11).

Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «Я», прививает основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе.

## ГЛАВА 2. СПЕЦИФИКА РАБОТЫ ПЕДАГОГА ХОРЕОГРАФА И ЕЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ

### 2.1. Возрастные и гендерные особенности детей младшего школьного возраста

В основе занятий хореографией и непосредственно русским танцем, лежит формирование любви к своей национальной культуре, народному творчеству, интересу и пониманию красоты окружающего мира, общения. А также достижение физического совершенства должно стать важной частью воспитания на уроках хореографии. (22,с.72).

К средствам народной хореографии относятся – национальные элементы, вращения, трюковые элементы. Экзерсис у станка предназначен для подготовки опорно-двигательного аппарата для исполнения сложных элементов на середине зала. Упражнения для первого урока должны быть простыми, но включать в себя определённую трудность для исполнителя. Доступная выполнимость упражнения – залог успеха первых уроков. Если же учащиеся быстро и правильно выполняют учебное задание, то в следующих уроках можно предложить более сложное по технике исполнения (изменение темпа, амплитуды движений), благодаря этому педагог может держать учащихся в состоянии мобилизационной активности. Если такое состояние будет сохраняться в течение каждого урока, то у учащихся формируется психологическая ориентация на продуктивную работу (23,с.64).

Целостное и всестороннее развитие личности – одна из задач воспитания будущего поколения. Любое воспитание ребенка (физическое, духовное, умственное и т.д.) должно строиться с учетом возрастных, индивидуальных и половых особенностей.

Занятия хореографией являются ярким примером воспитания ребенка как физически, так и духовно. Детский танец помогает развивать фантазию ребенка, его способность к импровизации. Музыкально-ритмическое

воспитание является важной частью процесса формирования гармоничной личности, делает детей открытыми, общительными.

Неотъемлемую роль в развитии ребенка в данной области играет педагог-хореограф. Овладение детьми основами хореографического искусства – тонкое дело. Продуманный, целенаправленный психолого-педагогический подход позволит гармонично и продуктивно развивать личность ребенка, раскрыть его творческий потенциал, реализовывать его способности и талант. И именно педагог-хореограф должен помочь ребенку раскрыться, проявить свои творческие способности, овладеть умениями и навыками, необходимыми для развития ребенка.

Хореографический коллектив в общеобразовательной школе оказывает существенное воздействие на учащихся: он способствует возникновению у ребенка потребности в саморазвитии, формирует у него готовность и привычку к творческой деятельности, повышает его собственную самооценку и его статус в глазах сверстников, педагогов, родителей.

Среди множества форм художественного воспитания хореографическое искусство является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «Я», прививает основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе. Главная задача хореографического воспитания школьников не наработка технических возможностей, а воспитание тех лучших человеческих качеств, которые в дальнейшем помогут ребенку вписаться в социальную жизнь, гармонично строить свои личные отношения.

Психические и анатомо-физиологические особенности мальчиков и девочек имеют значительные различия в строении их мозга, в способах обработки информации. Женский мозг развивается быстрее мужского: развитие мозга у младенцев в основном ярко выражено в правом полушарии, а затем постепенно переходит в левое – у девочек этот переход происходит раньше, поэтому они чаще используют левое полушарие.

Мужские клетки и кровообращение головного мозга функционально смещены в правое полушарие, поэтому мальчики проявляют тенденции лучшего развития определенных областей правого полушария. Исходя из этого, одним из существенных недостатков организации учебно-воспитательного процесса в современной школе является преобладание в практике обучения традиционных форм и методов преподавания без учета гендерных особенностей школьников.

Для того, чтобы процесс обучения хореографией был эффективен и решал поставленные задачи, педагогу-хореографу необходимо строить занятия с учетом возрастных особенностей детей.

По мнению Л.С. Выготского, возрастные особенности представляют собой качественно специфические свойства личности индивида, его психики, закономерно изменяющиеся в процессе смены возрастных стадий развития человека (7).

Не имеется определенного момента, в котором происходят изменения, так как процесс развития ребенка непрерывен и зависит от разных факторов (физиологический, социальный и т.д.). Морфологическое и функциональное развитие осуществляется неравномерно: периоды ускоренного роста (сенситивные) чередуются с замедлением, стабилизацией. В каждом возрастном периоде имеется своя «ведущая деятельность», в которой реализуются отношения ребенка с людьми и той деятельностью в коллективе, в которой осуществляются основные изменения его психики. Переход от элементарных к более сложным видам деятельности в ходе возрастного развития увеличивает возможность усвоения качественно нового, более сложного опыта. Поэтому очень важно педагогу, занимающегося с детьми хореографией, быть компетентным в вопросах возрастной психологии детей того или иного возраста.

Рассмотрим основные возрастные особенности детей старшего дошкольного возраста и младшего школьного возраста.

Для ребенка-дошкольника (5-6 лет) характерны: жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Одним из подавляющих является процесс возбуждения, движения и реакции детей хаотичны, иррациональны. Процессы познания и приобретения знаний опираются на систему не полностью осознаваемых ощущений и носят чувственный характер. Внимание детей этого возраста отличается неустойчивостью: они легко отвлекаются, им трудно сосредотачиваться на одном и том же задании. Мышление преобладает конкретно-образное. Дети живут в мире образов, зачастую не менее реальных для них, чем окружающая действительность.

Основная деятельность дошкольника – игра. Поэтому занятия по хореографии строятся в игровой форме, состоящей из взаимосвязанных игровых ситуаций, заданий, упражнений, направленных на развитие первоначальных ритмических навыков, музыкального восприятия образа, навыков координации движений, формирование правильной осанки. Через игру происходит творческое самовыражение детей, развивается воображение и фантазия. Наиболее действенной в работе с детьми данного возраста является цепочка «потребность - переживание – действие», которая наиболее четко реализуется в танцевально-музыкальных играх.

На занятиях по хореографии в общеобразовательной школе предоставляется прекрасная возможность осуществлять работу по половому воспитанию, обучая основам танца, поскольку парный танец способствует усвоению половых ролей. В школе у мальчиков формируется специфический тип мужского поведения: феминизированного, излишне послушного и робкого или, напротив, активно протестующего «хулигана», что выражается и во взаимодействиях с девочками, мы может корректировать и расправлять поведение средствами хореографии.

Обучаясь и воспитываясь в хореографическом коллективе, ученик особенно может прочувствовать свое либо женское, либо мужское начало. С первых занятий педагог дает понять, что такое правильная осанка и как она должна выглядеть у мужчин и женщин, формирует образ женской красоты

грации, манере, и мужской статности. Занятия танцем приучают к выносливости, что важно для мальчиков; изящности и выразительности, необходимых для девочек.

Начальный процесс обучения танцу строится на активном взаимодействии педагога и детей. На протяжении всего занятия педагог играет и выполняет движения вместе с детьми, создавая тем самым позитивную, непринужденную атмосферу. После наглядного, точного показа очередного задания, которое непременно должно вызывать у детей яркие эмоциональные чувства, педагог обращает свое внимание на то, как выполняют задание дети, как проявляется их активность, мобилизуется внимание, и особенно, как дети преодолевают трудности, осваивая материал. Активность ребенка должна быть направлена на то, чтобы с каждым повтором задание выполнялось лучше, исправляя возможные ошибки, на которые указывает педагог. Помня о том, что дети этого возраста не защищены и ранимы, педагогу нужно избегать окриков и одергиваний, даже если у них что-то не получается. Главным здесь становится опора и закрепление положительного опыта. Ребенок очень отзывчив на похвалу, высшая награда для него – демонстрация выполнения упражнения перед другими детьми. Педагог должен помнить, что он несет ответственность за формирование самооценки ребенка.

При изучении различных танцевальных поз, шагов, движений педагогу нужно широко использовать метод аналогии с животным и растительным миром, который активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление. Педагог выстраивает танцевальный мини-комплекс, основанный на имитации движений и повадок зверей и птиц. Большое значение на уроках с дошкольниками имеет музыкальное сопровождение. Музыка должна носить четкий ритмический характер и отвечать эмоциональной окраске конкретного движения. Для развития ритмичности хороший эффект имеют упражнения с ярко выделенными ритмическими акцентами, так называемые хлопы, шлёпы,

топы. Они помогают концентрировать внимание, объединить детей, снять излишнее эмоциональное возбуждение.

Особое место на занятиях с дошкольниками занимает партерная гимнастика – упражнения на полу. Она поднимает мышечный тонус, дает представление об основах грамотного движения, развивает мышечный аппарат. Первоначально детям с трудом даются упражнения на полу, т.к. мышцы их в этом возрасте развиты слабо, а позвоночник подвержен изменениям и деформации. Поэтому педагогу важно не перегрузить и не переутомить детей излишней мышечной работой. Упражнения усваиваются лучше, если преподносятся педагогом в игровой форме. Дети с удовольствием выполняют «лодочку», «рыбку», «корзинку», «кошечку», «книжечку» и др. Дополнять и усложнять упражнения на полу следует постепенно и дозированно.

Танцы дошкольников служат источником эмоциональной энергии, развивают изящество, грацию, чувство красоты. Они не должны быть сложными, чтобы дети могли их быстро усвоить и протанцевать в свое удовольствие. В этом возрасте не нужно уделять слишком большого внимания оттачиванию движений. Главное – чтобы был схвачен общий рисунок танца. Если танец будет исполняться детьми на сцене, педагогу нужно настроить и подготовить детей к выступлению заранее, обязательно пройти танец на той сцене, на которой они будут его исполнять. Немаловажно подготовить и родителей, чтобы они не ожидали от первоначальных выступлений детей слишком много и смогли оказать своим детям должную поддержку.

Уже в этом возрасте педагогу нужно воспитывать у детей самостоятельность. Следует начинать с очень простых и одинаковых для всех заданий. Например, самим придумать игру, движение для передачи какого-то конкретного образа; давать домашние задания различного содержания. Самостоятельную деятельность можно начинать тогда, когда накоплены определенные умения и навыки. На открытых занятиях для

родителей важно, чтобы ребенок сам без особой помощи педагога сумел показать усвоенный им материал. Самостоятельный ребенок утверждает себя как личность, ему легче дается переход к дальнейшему обучению.

Возраст от 7 до 10-11 лет наиболее благоприятный для дальнейшего развития как физических, так и умственных сил. Идет довольно пропорциональное увеличение роста и веса, мышцы становятся более крепкими, происходит активное развитие функций головного мозга, что способствует его интенсивной работе. Изменяется соотношение между процессами возбуждения и торможения. Процесс торможения становится сильнее, хотя возбудимость еще достаточно велика (12,с.44).

Вхождение ребенка в новые условия школьной жизни ведет к изменению его социального статуса, формируется умение управлять своим поведением. Свобода дошкольного детства сменяется отношениями зависимости и подчинения новым правилам. Мышление младшего школьника – наглядно-действенное, развивается словесно-логическое, закладываются базовые мыслительные способности.

Занятия хореографией позволяют сочетать развитие понятийного мышления с совершенствованием образного. Цели и задачи работы педагога-хореографа заключаются в дальнейшем развитии координации и танцевальной выразительности, совершенствовании и усложнении танцевальной техники, формировании чувства мышечного самоконтроля. Дети этого возраста уже способны осваивать разные танцевальные направления. На уроках хореографии в этом возрасте для педагога становится важным воспитание волевых качеств личности, трудолюбия, развития внимательности и памяти.

Младший школьный возраст является узловым в становлении самооценки, которая строится на оценке значимых для него взрослых и сверстников. Интеллектуальные чувства ребенка вызываются в большей степени конкретным образом педагога, чем абстрактными мыслями и рассуждениями. Педагог для него – авторитет, некий идеальный образ, к

которому ребенок активно стремится. Поэтому личность педагога имеет большое значение в развитии представлений ребенка о самом себе, в формировании положительного к себе отношения. Младшие школьники болезненно воспринимают критику, им свойственны душевные переживания, если что-то не получается. И как следствие этого у них наблюдается повышенная тревожность. Подобное состояние может проявляться в двигательном беспокойстве, эмоциональном возбуждении (нервозность, слезы), в мышечной зажатости, скованности движений. Все это негативно сказывается не только на процессе обучения хореографии, а и на естественном развитии ребенка. Педагогу-хореографу важно создать на уроке благоприятную эмоциональную атмосферу, комфортную, прежде всего для психического состояния ребенка. Важно, чтобы ребенок научился правильно и спокойно воспринимать замечания и исправления педагога, без которых не обойтись в процессе обучения. Делать замечания нужно аккуратно, избегать негативных сравнений, обязательно закреплять положительный опыт.

Формы деятельности педагога постепенно переходят от игровых к учебным. Метод развития и совершенствования двигательных реакций нужно сочетать с методом систематизированного художественного обучения. В возрасте 7-10 лет происходит интенсивное развитие способностей к пространственной ориентировке, дифференцированного мышечного ощущения, что позволяет разучивать технически более сложные движения. Для процесса восприятия необходимо периодическое и неоднократное повторение элементов и упражнений для наиболее полного и точного их запоминания.

В возрасте 7-8 лет дети начинают осваивать классический экзерсис, что требует от них особой внимательности, мобилизации всех сил организма. Школа классического танца – система умственного и физического воспитания, направленная на совершенное владение танцевальной техникой. Это основа, на которой развиваются другие танцевальные направления. Она

трудна для освоения особенно детям, физические данные которых имеют средний уровень. Но без основных знаний и умений классической школы не обойтись. Болевые ощущения мышц, физическая нагрузка и напряжение, неудобные и непривычные положения ног – это то, с чем приходится сталкиваться детям на уроках. Поэтому очень важным моментом для педагога становится воспитание волевых качеств, трудолюбия и упорства. Воля ребенка также нуждается в положительных эмоциях. Даже маленький сиюминутный успех должен быть поощрен. Успешно выполненное задание, преодоление технических трудностей, чувство усталости после урока, связанное с ощущением приобретенной силы, похвала педагога – все это положительные эмоции. Самостоятельность ребенка простирается на самоустранение допускаемых ошибок и закрепляет успех (22,с.78).

Овладение хореографическими умениями и навыками в этом возрасте требует от детей сознательной работы. Без осознания невозможно достичь законченного гармоничного движения тела. Развивая у детей сознательное отношение, полезно предоставлять им возможность иногда меняться с педагогом местами. Педагогу необходимо всячески поддерживать интерес к деятельности через стимулирующую мотивацию через превращение цели определенной деятельности в актуальную потребность ребенка. Если выполняемая деятельность находится в зоне оптимальной трудности, т.е. на пределе возможностей ребенка, то она ведет за собой развитие его способностей, реализуя то, что Л.С. Выготский называл зоной потенциального развития (7). Педагогу важно найти верное соотношение простоты и сложности, выполняемой детьми деятельности, чтобы способности ребенка развивались в максимально полной мере.

Можно сделать вывод, педагог становится ответственным за то, каким станет ребенок, переступая порог хореографического класса. На уроках хореографии педагог решает целый ряд образовательных и развивающих задач, одна из которых заключается в умении сделать процесс обучения танцу интересным и увлекательным. Успешность этого процесса зависит от

соотношения форм и методов обучения с теми потребностями, которые выдвигает возраст ребенка.

Учитывая специфику, пубертатного кризиса педагог должен найти подход к ребенку, дать возможность ему раскрыться почувствовать уверенность в себе. Процесс хореографического воспитания хорошо влияет на преодоление трудностей в отношениях между мальчиками и девочками. Совместное выполнение танцев, в частности парных, участие в массовых играх и забавах учит доброжелательного и внимательного отношению друг к другу, формирует черты гуманности, человечности.

Природа хореографического коллектива, основанная на коллективных действиях, включающая органический синтез пластических, музыкальных, изобразительных и других средств художественной выразительности, создает реальные предпосылки развития различных качеств детей — как художественно-эстетических, так и нравственных. Но при этом следует учитывать гендерные особенности в воспитании и обучении ребенка на всех уроках хореографии.

Целенаправленная педагогическая деятельность педагогов по формированию определенных черт и качеств ребенка должна быть всегда ориентирована на определенную возрастную группу, в соответствии с возможностями и особенностями которой могут выдвигаться конкретные воспитательные задачи и выбираться определенные средства и методы воспитательного воздействия. Это поможет дать гармоничное развитие ребенка (согласие интеллекта и чувств, умственных и физических качеств, раскрепощенности и осознанной дисциплины и т.д.).

## 2.2. Педагогические условия процесса обучения детей танцу

Процесс обучения танцевальным упражнениям включает в себя три основных этапа.

Этап первый – начальный (ознакомительный);

Этап второй – непосредственно разучивание техники выполнения упражнения;

Этап третий – закрепление и совершенствование мастерства выполнения упражнения.

На начальном этапе обучения происходит первоначальное знакомство с танцевальным упражнением. Для этого используются такие методы, как объяснение, показ (демонстрация), опробование. Следовательно, на данном этапе формируется первоначальное представление об образе танца, которое отражает, в первую очередь, его название.

Непосредственный показ целого упражнения, или какого-либо отдельного движения должен быть четким, выразительным и понятным. Это основной инструмент для обучения детей танцам, так как он лучше воспринимается и запоминается. Качественный и правильно выполненный показ – это залог успешного выполнения танцевального упражнения. Ведь именно на этом этапе создается образ будущего движения и формируется программа его выполнения.

Объяснение техники выполнения упражнения дополняет информацию, ранее полученную при показе. Для лучшего восприятия детьми, оно должно быть образным и кратким. Желательно при объяснении использовать танцевальную терминологию. В дальнейшем она может использоваться как подсказка на репетициях, так как будет означать конкретное движение, без длительных объяснений отдельных элементов упражнения.

Далее следуют попытки самостоятельного выполнения танцевального упражнения. В этот период формируются двигательные навыки. Но это не

просто физические попытки выполнения некоторого абстрактного упражнения. Впервые упражнение выполняют на основе представлений о нем, которые получили ранее из названия, объяснения и показа. И здесь очень важно, чтобы не произошло разрыва между ощущением первой попытки и создавшимся ранее представлением об упражнении. И если этого разногласия не произошло, то ребенок хорошо понял поставленную задачу, и можно выстраивать дальнейший план обучения.

Для несложных упражнений начальный этап может закончиться уже на первых удачных попытках. И в данном случае используется, так называемый, целостный метод обучения.

Но если танцевальное упражнение достаточно большое по объему, и его можно условно разделить на части, то в этом случае целесообразнее применять расчлененный метод. Для этого необходимо разбить упражнение на составные части, и отрабатывать отдельные движения поэтапно. Например, можно сначала выучить движения только руками, затем только ногами, и далее соединить эти движения вместе.

При необходимости следует подобрать подводящие упражнения или, с помощью подготовительных упражнений, создать основу для выполнения изучаемого упражнения.

На начальном этапе обучения очень важно вовремя исправлять допускаемые учеником ошибки. Это может быть, например, чрезмерная напряженность мышц, лишние и ненужные движения, нарушение ритма упражнения и т.д. От своевременного исправления ошибок зависит успех данного этапа.

При удачном выполнении танцевального упражнения необходимо повторить его несколько раз для закрепления изучаемого материала.

И можно переходить к следующему этапу – углубленному разучиванию танцевального упражнения. Основная задача данного этапа – оттачивание техники выполнения упражнения, совершенствование элементов композиции, отработка ритма. На этом этапе основным является

расчлененный метод обучения. По-прежнему важной является работа над ошибками и их своевременное предупреждение. На этой стадии обучения целесообразно увеличить скорость выполнения упражнения и количество повторений упражнения. Для ускорения и отработки ритма можно использовать звуковые ориентиры – хлопки. Эффективно и идеомоторное запоминание упражнения – выполнение упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это позволяет отрабатывать мелкие детали композиции.

Успех этого этапа обучения зависит уже не только от преподавателя, но и от самих исполнителей. Но, помня о том, что работаем с детьми, используем дополнительные приемы мотивации – например, можно устроить соревнование на лучшее техническое исполнение элементов танца.

И, наконец, закрепление и совершенствование танцевального упражнения предполагает образование двигательного навыка и переход его в умение высшего порядка. На этом этапе целесообразно применять все ранее перечисленные методы. Это тот случай, когда количество переходит в качество. Простое многократное повторение упражнения закрепляет основной вариант двигательного навыка. А вариативное повторение придает отработанному навыку гибкость, пластичность, возможность использования в сочетании с другими движениями. Этап совершенствования можно считать удачно отработанным, если ученик не только выполняет его технически правильно, но и начинает свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

Длительность урока хореографии в детском дошкольном учреждении составляет от 15 до 35 минут в зависимости от возраста детей и их физической подготовки.

Занятия включает в себя три составные части — подготовительную, основную и заключительную.

Подготовительная часть урока предназначена для организации ребят, концентрации их внимания, эмоционального и психологического настроя к занятию. Необходимо подготовить организм детей к предстоящей в основной

части урока работе. Для этого проводят строевые упражнения, различные виды ходьбы и бега, общеразвивающие и хореографические упражнения, танцы, музыкальные игры. Перед началом урока может звучать «входящая музыка» бодрого, энергичного характера. По времени эта часть урока может занимать от 3–4 до 10 минут.

Дальше идет основная часть занятия, которая длится от 10 до 20 минут. В ней идет отработка танца — совершенствуется техника, стиль исполнения, культура движений, отрабатывается согласованность движений с музыкой.

Заключительная часть урока предназначена для восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Занимать она может от 2 до 5 минут. Физическая нагрузка здесь должна снижаться за счет уменьшения количества упражнений, характера их выполнения и музыкального сопровождения. К таким упражнениям относятся спокойная ходьба, упражнения по расслаблению мышц в положении стоя, сидя, лежа, спокойные музыкальные игры или творческие задания, танцевальные движения малой интенсивности.

Для успешного решения задач необходимо заранее подготовить оборудование, подобрать музыкальный материал, составить план занятия.

### 2.3. Специфика работы с участниками хореографической студии

Занятия проходят 3 раза в неделю по 1 часу у младшей группы, 3 раза по 2 часа у средней группы, 4 раза по 2-3 часа у старшей группы.

Одно занятие посвящено классическому экзерсису, второе занятие – народному, а третье занятие – у станка классический экзерсис, на середине зала народный.

В младшей группе первое полугодие занятия проходят в игровой форме. Лицом к станку разучиваем 1, 2, 6 позиции ног. Постановка корпуса. Особое внимание уделяется положению рук на палке, на расположение

головы, плеч, спины, ягодичных мышц, коленей. Разучиваются позиции ног, учим *demi plie*. По 1 позиции *battement tendu*.

По мере усвоения *battement tendu* изучается в русском народном характере, добавляются *plie*, перевод стопы с носочка на каблук и т.д.

Исх. п.: ноги в 1 позиции, руки опущены вниз *preparation*:

-и, 1- руки сгибаются в локтях, при этом кисти рук поднимаются к груди перед собой,

-и, 2- обе руки опускаются на палку.

1 такт.

-1- ПН *battement tendu* вперед на носок

-2- на ЛН *demi plie*, п. н. стопа переводится с носка на пятку

-3- колено ЛН вытягивается, п.н. стопа с пятки на носок

-4- ПН втянуть в 1 позицию.

По мере усвоения проучиваем в сторону, затем назад. Все так же с ЛН На середине зала простые шаги вперед и назад с носочка. Приставные шаги  $\uparrow\downarrow\rightarrow\leftarrow$ .

После правильного исполнения приставной шаг усложняется, добавляется хлопок, *plie*, поворот корпуса.

ИП: анфас по 6 позиции, рука свободно вдоль туловища *preparation*:

-1, 2 – руки поднять на пояс вдоль туловища

1 такт.

- 1 – шаг с носка ПН вправо

- 2 – приставить ЛН к ПН в 6 позиции

- и – хлопок перед собой.

Все повторяется в другую сторону. Разучивается *passe* по ноге до колена выворотом и невыворотом. Сравнивая выворотность с балериной, а невыворотность с цаплей.

На середине зала дети занимаются партерной гимнастикой. Сидя на полу, работают стопами ног. Всевозможные круговые движения, сокращение стопы, разведение в стороны. При этом обращается внимание на ровную

спину, поднятую голову, чтобы руки были прямые за спиной, ноги вытянутые в коленях и полностью касались пола.

Выполняются упражнения "щучка", "березка", "коробочка", "рыбка", "лодочка" и многие другие для растяжки и гибкости мышц.

Простые прыжки по 6 позиции в разном ритме. Как "мячики" – прыжок невысокий, на полупальцах.

1 такт

- 1 – невысокий прыжок по 6 позиции

- и – повторяем -1-.

Можно добавить поворот вокруг себя. Затем задача усложняется.

Тройной прыжок.

ИП: анфас по 6 позиции, руки на поясе или за юбку.

1 такт

- 1 – легкий прыжок на месте на невысоких полупальцах

- и – прыжок с оборотом на диагональ вправо (45°)

- 2 – прыжок, завершая поворот вправо

- и – сидим левым плечом к зрителю по 6 позиции в *demi plie*, голова на зрителя.

2 такт. Повторяем 1 такт, только с поворотом влево.

Далее разучивается полностью весь экзерсис классического танца и русского народного танца.

На середине зала различные танцевальные шаги. Шаг с носка, с каблука, шаги на полупальцах и т.д. Разучив такие движения как "припадание", "ковырялочка", "моталочка", "веревочка", я собираю их в единую комбинацию. Экзерсис усложняется. Участники студии обязаны выполнять его на полупальцах. Все вращения на середине зала по диагонали и по кругу.

Молдавский характер.

1 такт

- 1 – соскок в plie по 2 невыворотной позиции правым плечом по линии движения

- 2 – центр тяжести переносим на п. н., делаем бег с поворотом через правое плечо.

- 3 – продолжаем вращение бегом через правое плечо

- 4 – п. ногу открыть в → на 45° по линии движения

2 такт

- 1 – шаг на ПН сесть в demi plie; ЛН выворотной сзади на sou-de-pied

- 2 – перейти на ЛН, при этом ноги вытягиваем, ПН в → на 45°

- 3, 4 – повторить

Продолжать вращение по диагонали.

Вращение в русском народном характере

1 такт

- 1 – ПН двойная дробь, поворот корпуса левым плечом по линии движения

- и – на ПН demi plie. ЛН открыта в → на каблук, корпус наклонить к ЛН, руки во 2 позиции

- 2 – двойная дробь ЛН, корпус прямо, руки на пояс, корпус разворачиваем спиной по линии движения

- и – поочередно удар ПН и ЛН. Корпус разворачиваем лицом по линии движения.

Выстукивающие дроби, хлопушки на середине зала. Участники основного состава студии должны уметь выстукивать дроби и хлопушки как с ПН так и с ЛН.

Комбинация № 1.

ИП: 6 позиция, колени расслаблены, руки на поясе.

1 такт

- 1 – ПН двойная дробь

- и – удар ЛН

- 2 – удар ПН

- 3 – двойная дробь ЛН

- и – удар ПН

- 4 – удар ЛН

2 такт

- 1 – двойная дробь ПН

- 2 – двойная дробь ЛН

- 3 – двойная дробь ПН

- 4 – удар стопой ЛН

- и – удар всей стопой ПН

3 такт

- 1 – сесть в *demi plie* на ЛН, ПН поднять до колена ЛН невыворотно

- и – удар ПН

- 2, и, 3, и, повторить – 1, и-

- 4 – удар всей стопой ЛН

- и – удар ПН

4 такт

- 1 – ключ простой с ПН

- 2 – двойной

Комбинацию повторить с ЛН

Комбинация № 2 (с продвижением вперед)

ИП: бпозиция, колени расслаблены, руки на поясе в кулачках.

1 такт

- 1 – шаг вперед с ударом всей стопой ПН. Корпус развернуть левым плечом вперед

- 2 – шаг с ЛН вперед с ударом. Корпус развернуть правым плечом вперед.

- 3 – двойная дробь ПН корпус прямо

- 4 – удар ЛН

- и – удар ПН

2 такт

- 1 – demi plie на ЛН, ПН поднять до колена ЛН невыворотнo
- и – с небольшим шагом вперед удар всей стопой ПН

- 2, и, 3, и – повтор – 1 и-

- 4 – удар всей стопой ЛН

3 такт

повторить 1 такт

4 такт

повторить 2 такт

5 такт

"ключ" с ПН

6 такт

повтор 2 такт

7 такт

- 1 – шаг ПН на каблук по диагонали в сторону. ЛН поднять в attitude на 45°

- 2 – соскок на всю стопу ПН

- 3 – шаг на каблук ЛН, ПН в attitude на 45° назад

- 4 – соскок на ЛН

8 такт

- 1, 2, 3 – шаги с носка вокруг себя с ПН

- 4 – соскок по 6 позиции. Руки во 2 позиции, корпус слегка отклонить

в правую сторону

Комбинацию повторить с ЛН

## 2.4. Разработка русского танца «У колодца»

Русский танец "У колодца" ◐ - четное количество, ◓ - один

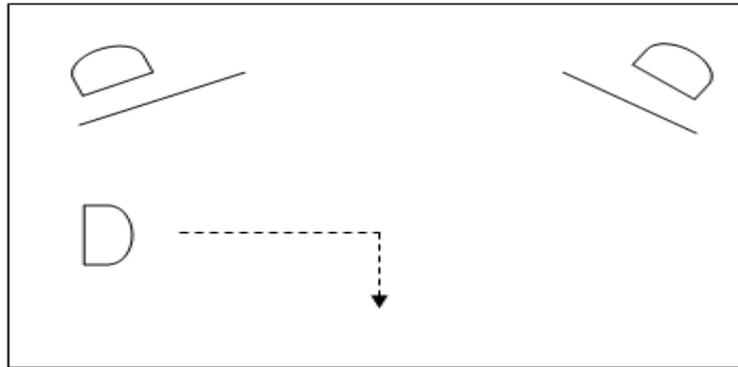


Рис. 1

На вступление с разных сторон сцены на заднике выносят лавочку и плетень. Ставят по краям сцены, ближе к кулисам, и начинают обыгрывать (рис.1). Девочка садится на лавочку и прихорашивается. Другая девочка у плетня поправляет котелки, и затем подходит к сидящей. Сам танец начинается с выхода из-за кулис еще девочки.

Выход девочки: приставной шаг с каблука на середину сцены, а затем на зрителя.

На середине сцены движение № 2 (выстукивающее)

1 такт

- 1 – двойная дробь ПН
- и – ц. т. на ЛН, ПН вынести вперед на носок, ЛН удар
- 2 – перейти на ПН
- и – ЛН на носок вперед, ПН удар
- 3 – удар каблуком ПН
- и – переступание на ЛН с ударом
- 4 – удар каблуком ПН
- и – удар всей стопой ПН

☐ отходят спиной назад с переступанием и поочередными ударами каблука.

Сидящие на лавочке ☐ присоединяются к танцующим.

Движение № 3.

Выполняют движение № 3 в одну и другую сторону (рис.2).

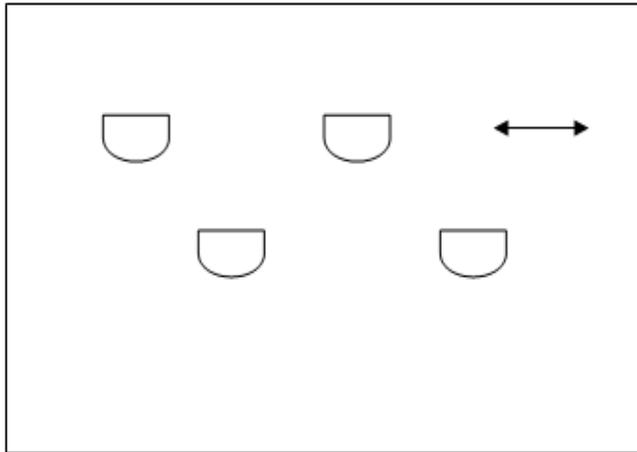


Рис. 2.

1 такт

- 1 – двойная дробь ПН
- и – шаг ЛН вправо
- 2 – ПН *passe* до колена выворотню
- и – ПН опустить
- 3 – *passe* л. н. до колена
- и – шаг л. н. вправо
- 4 – удар всей стопой п. н.

Выполняется 4 такта.

5 такт

- 1 – скачок на ЛН, ПН удар каблуком
- 2 – перескок на ПН, ЛН удар каблуком
- 3, 4 – галоп в правую сторону

Исполняется тоже 4 такта.

Вернувшись на свое место девочки движением № 4 делают поворот через правое плечо (рис.3) Лицом к зрителю делают движение № 5. Затем отходят на задник поворотами то через правое плечо, то через левое плечо.

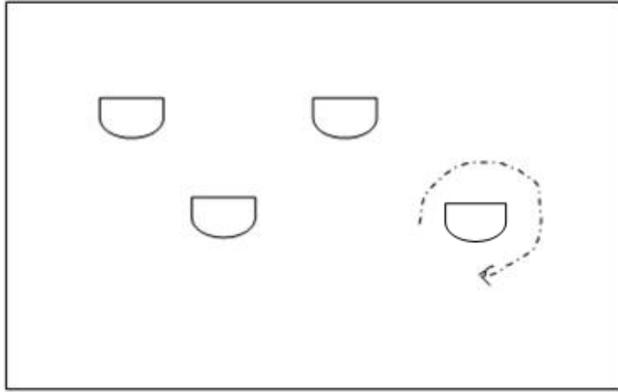


Рис. 3.

#### Движение № 4

Исполняется на 2 такта.

1 такт

- 1 – plie на ЛН, ПН до колена невыворотно
- и – ПН удар всей стопой.

Повторяется.

#### Движение № 5

Исполняется на 2 такта

1 такт

- 1 – соскок по 6 позиции вправо с ударом стопами
- 2 – соскок по 6 позиции влево, руки открыты во 2 позицию.
- 3 – удар всей стопой ПН, руки закрыть на пояс
- и – удар ЛН
- 4 – удар ПН

2 такт повторить 1 такт.

II выход: Выходят  $\square$  с коромыслами и один  $\triangle$ , переменным шагом с ПН 4 такта. (рис.4)

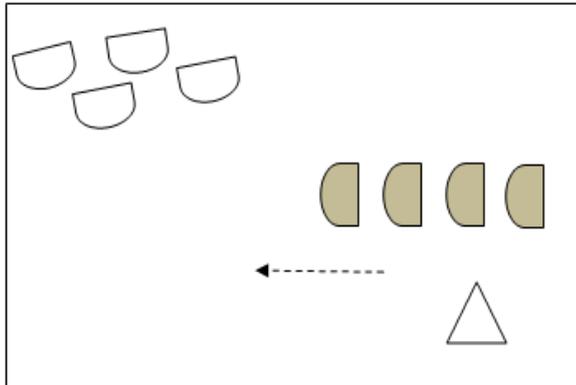


Рис. 4.

После выхода лицом к зрителю с коромыслами на плечах выполняют "ковырялочку" 4 такта (рис.5).

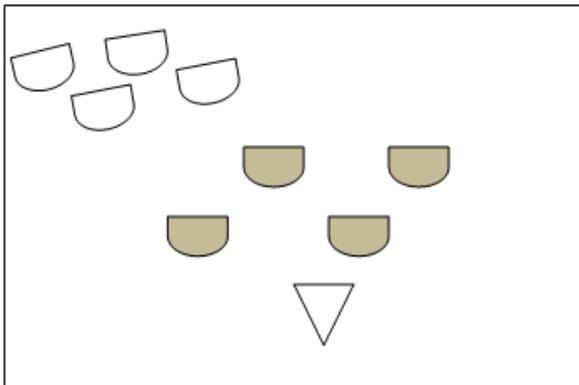


Рис. 5.

Мальчик через плечо делает "колесо", присядку по 1 позиции, руки во 2 позиции на 2 такта. Все повторяет в левую сторону. На 1 такт выполняет "подсечку".

В это время девочки снимают ведра с коромысел. У двух девушек коромысла остаются в руках, другие уносят за кулисы с ведрами. Соединив коромысла между собой,  начинают их крутить как скакалку, остальные  перепрыгивают. После этого  забирает коромысла и убегает за кулисы.

□ находящиеся на заднике выходят на середину сцены на 4 такта.  
Выполняют молоточки на 4 такта (рис.6).

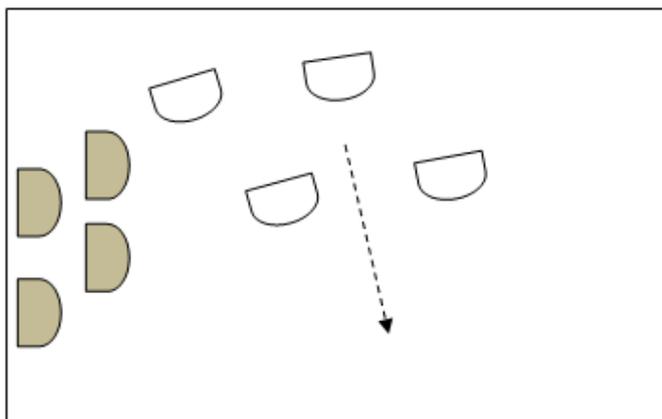


Рис. 6.

■ которые были с коромыслами начинают наступать движением № 6,  
другие □ отходят к кулисам.

Движение № 6 (рис.7)

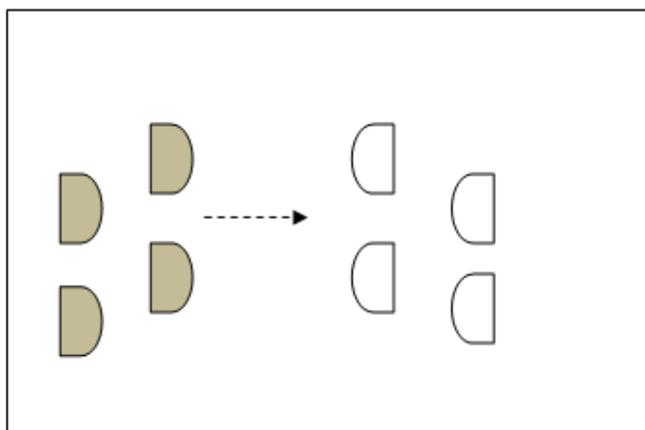


Рис. 7.

Исполняется на 8 тактов

- 1 – шаг с ударом ПН вперед, корпус развернут левым плечом ↑.
- 2 – удар с шагом вперед ЛН, плечо вперед
- 3 – двойная дробь ПН
- и – удар ЛН
- 4 – удар ПН

2 такт

- 1 – plie на ЛН, ПН поднять до колена невыворотно.

- и – удар ПН всей стопой

- 2, и, 3, и, 4, и – повторить – 1 и –

3, 4 такт повторить 1, 2 такт

5 такт

простой "ключ" с ПН

6 такт повторить 2 такт

7 такт

- 1 – шаг в сторону на каблук ПН, ЛН сзади в attitude на 45°

- 2 – соскок на всю стопу ПН

- 3 – шаг влево на каблук ЛН, ПН в attitude на 45° сзади

- 4 – соскок на ЛН

8 такт

- 1, 2, 3 – поворот через плечо с ПН с носка, руки открываются во 2

позицию

- 4 – соскок по 6 позиции

Шагами с каблука, расходятся по парам на 2 такта, правым плечом друг к другу продолжают поворот (рис.8). Этим же шагом. Лицом к зрителю в паре делают перепляс. 4 такта и разбегаются на полукруг.

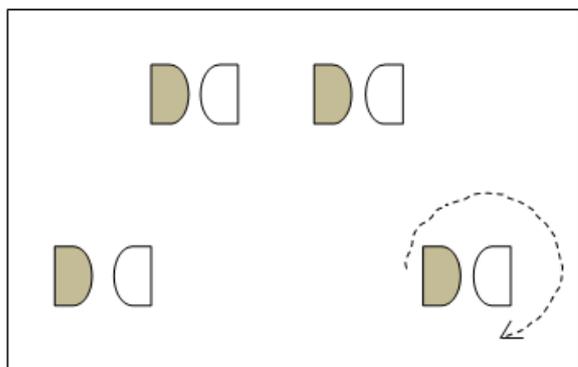


Рис. 8.

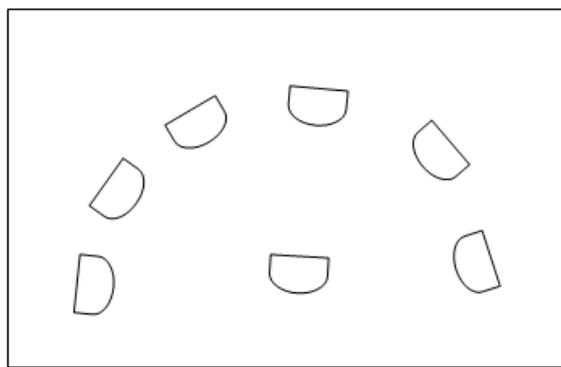


Рис. 9.

Одна из  на месте делает вращение. Остальные перешептываются, подзадоривают друг друга, хлопают (рис.9).

Все  выходят на сцену парами. Сначала лицом друг к другу, выполняют движение № 7.

Движение № 7 (рис.10).

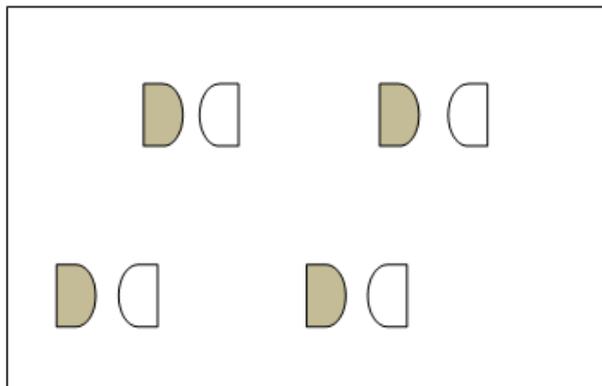


Рис. 10.

1 такт

- 1 – соскок по ЛН в *demi plie*, ПН согнута в колене перед собой, стопа сокращена

- 2 – скачок на ЛН, *plie* сохраняется. ПН вытягивается перед собой на 90° стопа сокращена

- 3 – скачок на ЛН, ПН согнуть в колене

- 4 – переступания с ударами всей стопой ПН и ЛН

2 такт

повтор 1 такта с другой ноги

3 и 4 такт

- 1 – ц.т. на ЛН в *demi plie*. ПН согнута в колене, п. плечо поднять вверх

- 2 – удар всей стопой ПН, п. плечо опустить.

5 такт

- 1 – соскок по 6 позиции вправо (разворачиваются только ноги, корпус остается прямой), руки открыты в стороны, голова вправо

- 2 – соскок влево

- 3 – удар ПН, руки в кулачки на пояс

- и – удар ЛН

- 4 – удар ПН

6 такт. Повторить 5 такт

7, 8 такт. Повторить 3 и 4 такт

Лицом к зрителю с ПН выполняют кабриоли. (рис.11) Поворот бегом в пр. сторону с ударом ЛН. Поворот бегом влево с ударом ПН После этого  опять разбегаются на полукруг.

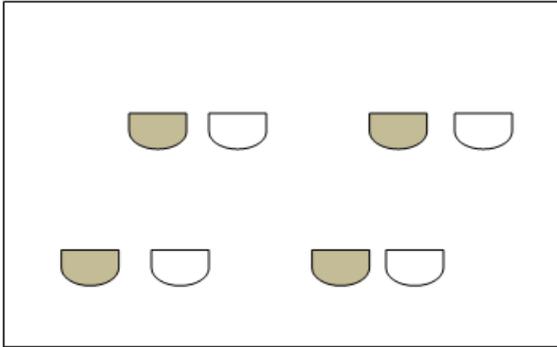


Рис. 11.

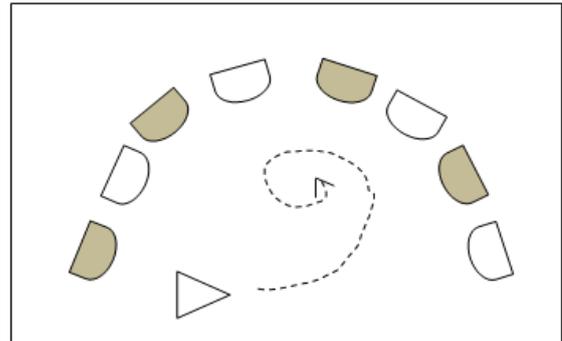


Рис. 12.

Выходит  с ведром воды (шаг с каблука переменный). Встав в центре, круговым движением обливает . (рис.12)

Садится на пол и закрывает голову руками.  сужают круг около . Пройдя один круг, размахивая руками над головой, перестраиваются в две линии. Выполняют движение № 8 "поклон".

Движение № 8. (рис.13)

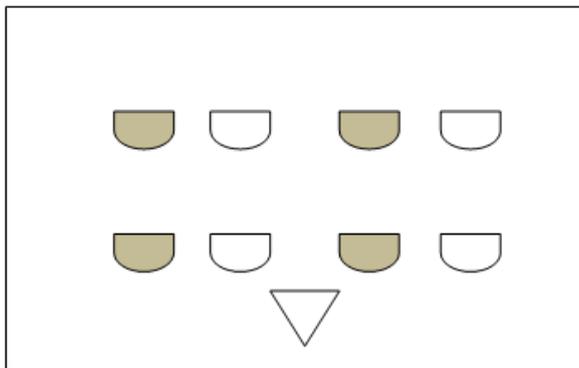


Рис. 13.

1 такт – танц. шаг с носка вперед с ПН

2 такт

- 1 – стоят в 3 позиции ПН впереди, ПР открыта во 2 позицию, голова вправо

- 2 – ПР согнуть в локте и поднести к плечу

- 3 – ПР поднять вверх над головой, голова сопровождает руку.

- 4 – низкий поклон с рукой

3 такт Танцевальный шаг с носка, отходят назад, голова прямо

4 такт Повторить 2 такт

5, 6 такт Тройкой шаг вперед с ПН и ЛН

7 такт

Отходят назад простым шагом с носка, руки через 1 позицию в 3 позицию

8 такт

- 1, 2, 3 - продолжают отходить, руки открываются во 2 позицию

- 4 – остановиться, руки скрестив на груди, выполняют поклон.

После поклона, на аплодисментах, девочки дробным шагом уходят за кулисы. Уходящие за кулисы последними, возвращаются на сцену и уносят реквизит: лавочку и плетень.

Сохранение богатств и традиций танцевального фольклора органическое включение их в современную хореографическую культуру являются важнейшей задачей хореографа.

Практика народного коллектива, который в своей творческой деятельности претворяет и интерпретирует народный танцевальное искусство показывает, как велик воспитательный потенциал танца. На уроках народно-сценического танца постигается народная культура, расширяется кругозор детей в общении с традициями, дошедшими из глубины веков и сохранившими богатство этнического самосознания, высокую духовность и благородство души народа.

## 2.5. Разработка открытого урока

В программе хореографической студии большая роль отводится обучению русскому танцу.

Воспитательное значение русского танца доказано теоретиками, педагогами-хореографами. Передаваемое из поколения в поколение, народное танцевальное искусство постоянно меняется, обогащается новыми элементами, несет в себе новое содержание, отражает конкретный период в жизни людей. Тематика русских народных танцев понятна и поучительна, многие танцы являются образцами национальной хореографии определенного народа. В танцевальном искусстве красота и совершенство формы неразрывно связаны с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия.

Русский танец выступает как средство для развития творческих способностей, внутренней культуры человека, массового общения людей, дает возможность содержательно провести время, познакомиться, подружиться, т.е. имеет ни с чем несравнимое социальное значение.

На открытом занятии были задействованы 8 девочек, возраст 6-7 лет.

Тема: «Русский народный танец как способ выражения национального характера».

Задачи:

- обучить учащихся выполнять основные движения русского танца в соответствии с изменением характера музыки. Формировать у учащихся знания и представления о русском народном танце как о самобытном способе выражения национального характера.

- развивать у учащихся умения слушать музыку и выполнять движения в зависимости от характерного звучания музыки.

- воспитывать у учащихся любовь к народной музыке, уважение к национальным традициям и культуре русского народа.

Ход урока.

1. Построение. Поклон. Объявление темы и задач урока.

2. Разминка (комплекс упражнений, направленных на разогрев мышц ног и голеностопных суставов).

3. Основная часть.

Педагог: «Ребята, сегодня на уроке мы будем танцевать русские народные танцы, и говорить о том, какую роль играет танец в культурной жизни народа. Давайте вспомним и повторим основные шаги и некоторые движения русского народного танца. Каждый вид шагов мы будем выполнять в соответствии с определенным звучанием музыки, иначе говоря, в соответствии с её динамическим оттенком.

Вспомним, что такое динамика? (движение, скорость, быстрота).

Что такое динамический оттенок музыки? (плавное изменение скорости звучания музыки).

Нам с вами знаком такой танцевальный жанр как русский лирический танец. Ребята, кто вспомнит определение, что такое русский лирический танец? (древнейший вид танцевального искусства, встречается у многих народов мира, наиболее широкое распространение имел у славянских народов, в лирическом танце встречается ряд основных шагов, движений, рисунков)».

4. Практическая работа на середине зала. Основная задача – повторение и закрепление полученных двигательных навыков.

Педагог: «А сейчас давайте повторим наиболее часто встречающиеся основные шаги русского лирического танца. Помните, ребята, наша с вами задача состоит не только в том, чтобы четко выполнять шаги каждого вида, но выполнять их в соответствии с характерным оттенком музыки».

Педагог показывает шаги, ученики повторяют.

- маленький шаг на высоких полупальцах;
- переменный шаг;
- шаг во всю стопу;

- припадание.

#### 5. Постановочная работа.

Педагог: «Сегодня на уроке мы вспомним с вами несколько рисунков русского лирического танца, соединим их в композицию, каждую часть выполняя определённым шагом».

Первая часть – выход (переменный шаг по кругу) – построение в линию (припадание) – поклон – змейкой – маленький шаг на высоких полупальцах – взявшись за руки – раскрутка по парам – перестраиваются в две горизонтальные линии по 4 человека в каждой на заднем плане.

Вторая часть (шаг на всю стопу). «Воротца» (2-ая линия девочек выходит вперед, потом 1-ая через воротца тоже выходит вперед) – выстраиваются в одну линию – поклон.

Исполнение всей танцевальной композиции под русскую народную песню «Калинка» (куплет).

Педагог: «Как называется форма традиционного русского лирического танца с преобладанием различных рисунков? (хоровод).

Какой основной рисунок в хороводе? (круг)»

6. Педагог: «Ребята, кто вспомнит, какой ещё жанр русского народного танца мы изучали? (русская народная пляска). Дайте определение, что такое пляска? (Быстрый танец). Какие вы знаете основные шаги и движения русской пляски? (переменный шаг с притопом, «молоточки», «подбивка», «моталочка», «ковырялочка» с притопом)».

#### 7. Постановочная работа.

Первая часть – притопы – начинают делать с первой девочки – через каждые два притопа вступает рядом стоящая – переменным шагом с притопом перестраиваются в две шеренги.

Вторая часть – основным переменным шагом с притопом девочки 1-ой шеренги подходят к другой, и отходят этим же движением. Затем, то же самое повторяет другая шеренга девочек. Обе шеренги сходятся бегом и, образовав пары, кружатся на месте простым бегом.

Третья часть – с колонны в парах перестраиваются бегом с молоточками на полукруг.

Четвертая часть – сольное исполнение отдельных движений.

Пятая часть – перестроение на две линии, все вместе выполняют танцевальную комбинацию, разученную на предыдущих уроках.

Исполнение данной композиции под припев русской народной песни «Калинка» (быстрая часть с нарастанием темпа).

#### 8. Подведение итогов.

Педагог: «Ребята, чему, по вашему мнению, соответствуют и русская народная музыка, и основные движения русского народного танца, которые мы с вами исполняли?»

Ответы детей:

1- покорность, смирение, скромность, робость.

2- осторожность, внимание, напряжение.

3- размах, широта, уверенность, гордость.

4- задор, озорство, веселость.

Педагог: «Соединение в танце медленной и быстрой частей; нарастание темпа от медленного до предельно быстрого; внезапные, неожиданные переходы; сольные вариации-«выходки» – все это характерно для русского народного танца. А теперь давайте посмотрим, как этот танец исполняют профессиональные артисты (видео-просмотр танца «Лето» в исполнении ансамбля танца имени И.А. Моисеева).

А как вы думаете, похож ли русский народный танец на характер русского человека?» (Характер русского человека полностью соответствует русскому народному танцу, т.к. в танце раскрывается душа народа).

Мы неслучайно с вами танцевали под песню «Калинка». Эта русская народная песня, как нельзя лучше отражает характер русского народа. Она настолько популярна и узнаваема во всем мире. Существует множество сценических вариантов этого танца. Мы тоже попробовали отобразить в русском хороводе и русской пляске в соответствии с характером звучания

народной музыки характер русского человека. В итоге, нами был сделан очень важный вывод о соответствии русского народного танца русскому национальному характеру. Какой же он русский характер?

Ответы учащихся.

Педагог: «Об этом же говорит поэт Сергей Есенин в стихотворении:

Гой ты, Русь, моя родная,

Хаты – в ризах образа...

Не видать конца и края –

Только синь сосёт глаза.

Пахнет яблоком и мёдом

По церквам твой кроткий Спас.

И гудит за корогодом

На лугах весёлый пляс.

Если крикнет рать святая:

«Кинь ты Русь, живи в раю!»

Я скажу: «Не надо рая,

Дайте родину мою».

Каков же русский характер в данном стихотворении? (кроткий, весёлый, озорной, бесшабашный).

9. Самооценка детей своего творчества.

Педагог: «Наш урок подошел к концу. О чём мы сегодня говорили? Что вы узнали нового? (ответы детей).

А сейчас я предлагаю вам создать на доске хоровод из цветов, которые соответствуют вашему настроению:

красный – тема интересная, важная;

жёлтый – узнал много нового;

синий – мне было комфортно;

зелёный – мне было трудно.

10. Заключительная часть. Поклон.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Хореографическое искусство всегда играло немаловажную роль в жизни общества: в древнем мире танец носил ритуальный или религиозный характер, например, его исполняли для удачной охоты или посвящали какому-нибудь богу. В Средние века танец стал главным развлекательным элементом повседневной жизни народа. Исторически так сложилось, что танцу начинали обучать ещё в детстве, приглашая специального педагога. Посредством обучения танцу решался сразу комплекс задач. С одной стороны, это физическое воспитание: вырабатывается плавность и координация движений, осанка и грация. С другой стороны - эстетическое: прививается вкус, культура поведения и правила этикета, развивается самодисциплина, музыкальность и чувство ритма. И, что немаловажно, танец - это средство общения и социализации ребенка в обществе.

После проведенного исследования можно смело сказать, что занятия русским танцем способствуют более гармоничному физическому, умственному, эмоциональному и эстетическому развитию. Однако, часто дети нуждаются в коррекции двигательных качеств.

В процессе работы были определены минимальный (дающий общее физическое, музыкальное, эстетическое, нравственное развитие и способствующий оздоровлению ребёнка) и оптимальный (позволяющий говорить о начале формирования танцевальной культуры) набор движений русского танца, которые могут усвоить учащиеся в условиях ограниченного времени и которые смогут наиболее повлиять на постановку корпуса, рук, ног, головы ученика, научить приёмам правильного дыхания, развить свободу и грациозность движений, улучшить их координацию.

Мы рассмотрели специфику работы педагога-хореографа через методы и приемы, применяемые на занятиях с детьми младшего школьного возраста.

В практической части работы рассмотрены возрастные и гендерные особенности детей младшего школьного возраста, педагогические условия

процесса обучения детей танцу, специфику работы с участниками хореографической студии. Нами представлены разработка русского танца «У колодца» и разработка открытого урока.

В исследовании приняли участие 20 детей (6-9 лет), занимающиеся хореографией в течение 1-2 лет.

Проведенное исследование показало, что интенсивные нагрузки на занятиях хореографии с одной стороны способствуют гармонизации физического развития, но с другой - могут стать причиной нарушения осанки. В такой ситуации важна роль русского народного танца как основного фактора развития физических качеств у детей. Разработанная система способствует повышению уровня физического развития учащихся. Более того, проводимые занятия русским народным танцем способствовали более выраженному оздоровлению детей, развитию ловкости, гибкости, выносливости.

Таким образом, нами доказана эффективность русского народного танца в гармонизации физического развития, в формировании качеств, необходимых для успешного овладения детьми, занимающихся в системе дополнительного образования хореографией, сложными танцевальными движениями. А также в развитии психологических процессов и культурных навыков.

Подводя итоги о специфике работы педагога-хореографа с детьми младшего школьного возраста необходимо отметить, что в ходе нашего исследования поставленные задачи решены, цель исследовательской работы достигнута.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бужигеева, М.Ю. Гендерные особенности детей на начальном этапе обучения // Педагогика, 2002. – №8.
2. Барышникова, Т. Основы хореографии. – М., 2001. – 272 с.
3. Безруких, М.М. и др. Возрастная физиология (Физиология развития ребенка). – М.: ИЦ «Академия», 2002. – С. 393-398.
4. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движения и физиологии активности. – М., 1966. – 349 с.
5. Барышникова, Т. Азбука хореографии. – М.: «Рольф», 1999. – 272с.
6. Вайнбаум, Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания и спорта. – М.: «Академия», 2002.
7. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. – СПб.: СОЮЗ, 1997. – 96 с.
8. Голейзовский, К. Образы русской народной хореографии. – М., 1976.
9. Гиршон, А. Импровизация и хореография. Контактная импровизация. – Альманах 1, 1999.
10. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. – М., 2002.
11. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Танцевальные движения и комбинации на середине зала. Учебное пособие для вузов. – Владос, 2004.
12. Ермолаев, Ю.А. Возрастная физиология. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 444 с.
13. Заикин Н.И., Заикина Н.А. Областные особенности русского народного танца Учебное пособие, 2004. – ч. 2.
14. Климов, А. Основы русского народного танца. - М.: Московского государственного института культуры, 2-е изд., 1994.
15. Кудрявцев, В.Т. Развитие детства и развивающее образование –

Ч. 1. / В.Т. Кудрявцев – Дубна, 1997. – 206 с.

16. Лукьянова, Е. Дыхание в хореографии. – М., 1979.
17. Маленкова, Л. Проблемы усвоения половых ролей мужчины и женщины. В одном классе – два разных мира. // Народное образование, 2002. – №7.
18. Мессерер, А. Танец. Мысль. Время. – М., Искусство. – 1990.
19. Надолинская, Л.Н. Влияние гендерных стереотипов на воспитание и образование // Педагогика, 2004. – №5.
20. Немов, Р.С. Психология. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. В 3 кн. – Т. 3. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 143 с.
21. Никитин, В. Модерн-джаз танец: история, методика, практика. – М: ГИТИС, 2000. – С. 9-11. – 438 с.
22. Пинт, А. О. Высокое призвание. – М, 1973.
23. Пуляева, Л.Е. Некоторые аспекты методики работы с детьми в хореографическом коллективе: Учебное пособие. – Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина, 2001. – 80 с.
24. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования/ Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 256 с.
25. Спарджер, С. Телосложение и балет. – Лондон, 1958
26. Ткаченко, Т. Народные танцы. – М., 1975.
27. Фомин, Н.А. Физиологические основы физического воспитания. – М., 1981. – с. 44-45.
28. Устинова, Т.А. Избранные русские народные танцы. – М.: Искусство, 1996.
29. Уральская, В. Природа танца. – М., 1981.
30. Уфимцева, Т.И. Воспитание ребенка. – М.: Наука, 2000. – 230 с.
31. Хендрикс, К. Танцевально-двигательная терапия. – М., 2004. – с. 64-69.

32. Холодов, Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. – М., 2001. – с. 175-178.
33. Штелин, Я.Я. Известия об искусстве танца и балетах в России / Пер. Б.И. Загурского // Штелин Я. Музыка и балет в России XVIII века. – Л.: Муз. издат., 1935. – С. 147-171.
34. Электронная энциклопедия Википедия: (Электронный ресурс)/ [www.wikipedia.ru/](http://www.wikipedia.ru/) – 2009.
35. Янковская, О.Н. Учить ребенка танцам необходимо // Начальная школа. – 2000. – №2. – С. 34-37.
36. Янаева, Н.Н. Хореография. Учебник для начальной хореографической школы. – М.: Релиз. – 2004. – 340 с.