МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ имени М.А. Балакирева» города Смоленска

ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

хореографическое творчество

название предмета

2021 г.

«ОДОБРЕНА» Методическим советом МБУДО ДШИ им. М.А. Балакирева» г. Смоленска «01» сентября 2021 г.	«УТВЕРЖДЕНО» приказом директора МБУДО ДШИ им. М.А. Балакирева» г. Смоленска от «01» сентября 2021 г. №146/1- ОД

Программа учебного предмета разработана на основе Федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области музыкального искусства (далее ФГТ) «ХОРОЕГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Организация-разработчик: МБУДО «Детская школа искусств им. М.А. Балакирева» г. Смоленска

Разработчик:

Рожкова А.А., преподаватель

(ф.и.о., должность)

М.П.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

название предмета

1. Область применения программы:

- программа учебного предмета является частью дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства в соответствии с ФГТ по программе «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО» со сроком освоения 5 лет;

Программа учебного предмета может быть использована в реализации дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО» в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детская школа искусств им. М.А. Балакирева» г. Смоленска при наличии соответствующей лицензии на осуществление образовательной деятельности.

Место предмета в структуре дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства: ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО.

2. Цели и задачи предмета, требования к результатам освоения предмета:

Целями предмета являются:

- создание условий для творческого развития личности учащегося через формирование духовно – нравственных, эстетических ценностей этнокультурных традиций;
- развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний,

умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев, танцевальных композиций народов мира;

- выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения. Реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

Задачами предмета являются:

- активизация интереса к народно – сценическому танцу;
- совершенствование двигательного аппарата (развитие физических данных);
- развитие пластичности, координации, хореографической памяти, внимание, формирование технических навыков;
- воспитание силы, выносливости, укрепление нервной системы;
- формирование навыков коллективного общения;
- раскрытие индивидуальности;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике.

В результате освоения предмета обучающийся должен знать:

- профессиональную терминологию;
- танцевальные упражнения у станка;
- танцевальные упражнения на середине зала;
- средства создания образов в хореографии;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- разнообразие стилей и манеру исполнения танцев разных народов;
- культуру общения с партнером;
- хореографические элементы и движения разных народов мира;
- позиции рук и ног;
- самостоятельно составлять танцевальные этюды на основе материала народно-сценического танца в соответствии с музыкой, характером и манерой исполнения, этнокультурными традициями и обычаями народа.

В результате освоения предмета обучающийся должен уметь:

- владеть координацией движений;
- эмоционально и выразительно исполнять все движения;
- ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и позах;
- передавать в движении стилевые особенности народной музыки.

Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета:
максимальной учебной нагрузки обучающегося **264** часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки **264** часов;

самостоятельной работы обучающегося _ часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Объем учебного предмета и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**264**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	**264**
в том числе:	
практические занятия	**257**
контрольные уроки, зачеты, академические концерты, технические зачеты, контрольные работы, прослушивания и др.	**6,5**
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	-
в том числе:	
итоговая аттестация в форме выпускных экзаменов	**0,5**

Тематический план и содержание учебного предмета:

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Название темы	Содержание учебного материала, виды практической работы, самостоятельная работа	Количество часов
Тема 1 Движения на материале русского танца.	Содержание учебного материала	**26**
	Позиции рук и ног; танцевальные шаги и проходки, танцевальный бег; подскоки; галоп; «елочка»; «гармошка»; «ковырялочка»; «моталочка» и «маятник»; «веревочка»; «припадание»; «молоточки».	
	Практические занятия	**26**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 2 Упражнения у станка.	Содержание учебного материала	**21**
	1.Полуприседание и полное приседание; 2.упражнение для развития стопы; 3.маленькие броски; 4.круги ногой по полу; 5.упражнение для выворотности бедра, развороты бедра. 6.подготовка к «веревочке»; «веревочка»; 7. «каблучное», 8.флик-фляк, 9.мягкое поднимание ноги на 90 градусов; 10.дробное выстукивание, 11.большие броски.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**

	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 3. Движения на материале белорусского танца.	Содержание учебного материала	**21**
	Положения рук; присюды; па-де-баск; полька; подбивка; основные ходы; переступания; галоп; присядки; хлопушки.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 4 Движения на материале украинского танца.	Содержание учебного материала	**21**
	Положения рук, ходы, проходки; «веревочка»; «выхилястник»; «голубцы»; «разножка»; вращения; присядки; хлопушки; трюки; па-де-баск; подбивка; подскоки; «тынок»	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 5. Движение не материале молдавского.	Содержание учебного материала	**21**
	Положение ног и рук; ходы и проходки; выбросы ног; подскоки; вращения; припадание.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 6. Движения на материале венгерского танца.	Содержание учебного материала	**21**
	Положения рук и ног; «ключи»; «голубец»; высокое поднимание ног; перебор; «веревочка»; шаги, бег.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 7. Движения на материале польского танца.	Содержание учебного материала	**21**
	Положение рук; основные шаги, ходы и проходки; «кабриоль».	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 8. Движения на материале испанского танца.	Содержание учебного материала	**21**
	Положения и движения рук; ходы; дробные выстукивания на полупальцах и каблуками.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 9. Движения на материале итальянского танца.	Содержание учебного материала	**21**
	Положения рук и ног; движения рук и кистей; основные ходы, шаги, бег; подскоки; вращения; работа с «тамбурином».	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**

	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 10. Движения на материале прибалтийских республик.	Содержание учебного материала	**21**
	Положения рук, шаги, подскоки, перескоки, прыжки по позициям на месте и с продвижением, учебная комбинация.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	-
Тема 11. Мужские движения «хлопушки», «присядки», трюки.	Содержание учебного материала	**21**
	Удары и хлопки впереди и сзади, по бедру, по голенищу, по грудной клетке, по плечу. Присядки исполняются по 1й прямой и 1-й выворотной позициям. Разножка; мячик; щучка; ползунок; кольцо; перекидной.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**0,5**
	Самостоятельная работа обучающихся	
Тема12. Вращения.	Содержание учебного материала	**21**
	На месте, по диагонали, по прямой, по кругу.	
	Практические занятия	**21**
	Контрольные работы	**1**
	Самостоятельная работа обучающихся	-

3.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению:

- реализация программы предмета требует наличия балетного зала площадью не менее 40 кв.м. (на 12-14 обучающихся), имеющего пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки), зеркала.
- оборудование учебного кабинета: фортепиано, баян, стол, стулья, шкаф;
- технические средства: аудио аппаратура, диски с аудио записями

Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии», Издательство «Айрис пресс», М., 2000г.
2. Богданов Г. Урок русского народного танца. – М., 1995.
3. Василенко К. Лексика украинского народно-сценического танца. К. Искусство — 1985 г.
4. Василенко К.«Украинский народный танец», Издательство «Искусство», М., 1981 г.
5. Верховинец В. Теория украинского народного танца. Пятый вид., Допов .- К.: Муз. Украина, 1990

6. Волков Б.С. «Психология младшего школьника», учебное пособие, Издательство «Педагогическое общество России», М., 2002 г.
7. Горленко В. Ф. Первая этнографическая программа на Украине. — «Народное творчество и этнография», 1987. — № 4.
8. Гуменюк А. Народное хореографическое искусство Украины. Академия наук Украины. Киев — 1999
9. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). – М.: ВЛАДОС, 2004.
10. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка). – М.: ВЛАДОС, 2002.
11. Жиенкулова Ш. «Танцы Друзей» Издательство «Мектеп», Алма-Ата: Мектеп, 1989г.
12. Захаров Р. «Сочинение танца. Страницы педагогического опыта», Издательство «Искусство», М., 1989 г.
13. Кира Сергеевна Зацепина, Андрей Андреевич Климов, Константин Борисович Рихтер, Нина Михайловна Толстая, Евгения Карапетовна Фарманянц.Издательство: М.: Искусство
14. Климов А. «Основы русского народного танца». Издательство Московского государственного института культуры, М., 1994 г.
15. Коверга В.А., О.В. Белоус «Возрастная психология», учебно-методическое пособие, Издательство Государственный педагогический институт, кафедра психологии, Армавир, 1999 г.
16. Курбет В., Мардарь М. «Молдавские народные танцы». Издательство «Картя Молдавеняскэ», Кишинев, 1969 г.
17. Майорова О. Украинские танцы.Искусство и образование. № 4, 2000.
18. Нагайцева Л.Г., кандидат искусствоведения, заслуженный деятель искусств «Кубанский народный танец» Кубани. Краснодар, 2001г.
19. Ткаченко Т. «Народный танец». Издательство «Искусство», М., 1997г.
20. Устинова Т.«Русские народные танцы». Издательство «Искусство», М., 1996 г.
21. Чурко Ю.«Белорусский народный танец». Издательство «Наука и техника», Минск, 1972 г.

Дополнительные источники:

1. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1964.
2. Климов А. Основы русского танца. – М.: Искусство, 1994.
3. Уральская В., Соколовский Ю. Народная хореография. – М., 1972. с

Интернет-ресурсы:

1. http://piruet.info

2. http://www.monlo.ru/time2
3. www. psychlib.ru
4. www. horeograf.com
5. www.balletmusic.ru
6. http://pedagogic.ru
7. http://spo.1september.ru
8. http://www.fizkultura-vsem.ru
9. http://www.rambler.ru/
10. www.google.ru
11. www.plie.ru

3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Контроль и оценка результатов освоения предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и контрольных работ, тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Успеваемость обучающихся в течение учебного года фиксируется в групповом журнале и дневнике обучающихся.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате освоения предмета выпускник знает: - профессиональную терминологию; - танцевальные упражнения у станка; - танцевальные упражнения на середине зала; - средства создания образов в хореографии; - принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств; - разнообразие стилей и манеру исполнения танцев разных народов; - культуру общения с партнером; - хореографические элементы и движения разных народов мира; - позиции рук и ног; - самостоятельно составлять танцевальные этюды на основе материала народно-сценического танца в соответствии с музыкой, характером и манерой исполнения, этнокультурными традициями и обычаями народа. В результате освоения предмета выпускник умеет: - владеть координацией движений; - эмоционально и выразительно исполнять все движения; - ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и позах; - передавать в движении стилевые особенности народной музыки.	Контрольные уроки зачеты, экзамены.

Программа рассчитана на 5 - летний срок обучения, начиная с 2 по 5 классы; рекомендуемый возраст для начала занятий 10-12 лет. Рекомендуемая продолжительность урока - 40 минут.

Срок освоения программы учебного предмета составляет 4 года по 2 часа в неделю.

В программу включен материал народного танца, его форм, национальных особенностей.

Приложение №1

Список изучаемых движений

2 класс (1 год обучения)

Задачи первого года обучения многообразны: - знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов народного танца, освоение этих элементов на «середине» - развитие координации движений - освоение плана зала - движение в различных ракурсах и рисунках - навыки ансамблевого исполнения - культура общения с партнером.

Программа первого года обучения народно-сценическому танцу не предусматривает прохождение танцевальных элементов у станка. Позиции ног, положение рук, корпуса, головы в народном танце.

Экзерсис у станка

1. Пять позиций ног.
2. Preparation к началу движения.
3. Переводы ног из позиции в позицию.
4. Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
5. Battements tendus (выведение ноги на носок).
6. Battements tendus jetés (маленькие броски).
7. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
8. Подготовка к маленькому каблучному.
9. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
10. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
11. Grands battements jetés (большиеброски).
12. Relevé (подъем на полупальцы).
13. Port de bras.
14. Подготовка к «молоточкам».
15. Подготовка к «моталочке».
16. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
17. Прыжки с поджатыми ногами.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:

а) простой поясной на месте (1 полугодие),

б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении (2 полугодие).

2. Основные положения и движения рук:

— ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),

— руки скрещены на груди,

— одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щёку,

— положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»,

— положения рук в круге:

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звёздочка»,

— движения рук:

а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,

б) раскрытия рук в сторону (ладонями наверх в 3 позицию),

в) взмахи с платочком,

г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

— простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,

— переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на 30°-45°, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,

— переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,

— переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

— тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,

— шаг с мазком каблуком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30°-45°,

— комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:

— по 1 прямой позиции,

— вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие),

— 2 полугодие — по 5 позиции,

— вокруг себя и в сторону.

5. Подготовка к «веревочке»:

— без полупальцев, без проскальзывания — 1 полугодие,

— с полупальцами, с проскальзыванием — 2 полугодие,

— «косичка» (в медленном темпе).

6. Подготовка к «молоточкам»:

— по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади,

— 2 полугодие — без задержки.

7. Подготовка к «моталочке»:

— по 1 прямой позиции — 1 полугодие с задержкой ноги сзади, впереди,

— 2 полугодие — «моталочка» в «чистом» виде.

8. «Гармошечка»:

— начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие,

— *«лесенка»,*

— *«елочка»,*

— *исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.*

9. «Ковырялочки»:

— простая, в пол — 1 полугодие,

— простая, с броском ноги на 45° и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие,

— «ковырялочка» на 90° с активной работой корпуса и ноги — 2 полугодие,

— в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.

10. Основы дробных выстукиваний:

— простой притоп,

— двойной притоп,

— в чередовании с приседанием и без него,

— в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопушкой),

— переборы каблучками ног,

— переборы каблучками ног в чередовании с притопами — 2 полугодие.

11. Хлопки и хлопушки для мальчиков:

— одинарные,

— двойные,

— тройные,

— фиксирующие,

— скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).

12. Подготовка к присядкам и присядки:

— подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),

— подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,

— «мячик» по 1 прямой и 1 позициям — 2 полугодие,

— подскоки на двух ногах,

— поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,

— присядки на двух ногах,

— присядки с выносом ноги на каблук,

— присядки с выносом ноги в сторону на 45^0 — 2 полугодие.

Подготовка к вращениям на середине зала

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere,
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки,
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45^0,
- подскоки по той же схеме,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90^0 во всех вращениях. Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

- приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90^0, 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;
- подскоки - разучиваются по той же схеме.

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

Изучаемые танцы:

Русские танцы

Белорусские танцы

3 класс (2 год обучения)

Особенностью второго года обучения является изучение элементов народного танца у станка. Урок народного танца у станка выстраивается не сразу. Постепенно из отдельных элементов, движений складываются учебные комбинации. Сначала движение разучивается лицом к станку, затем только исполняется, держась одной рукой за палку. Урок включает в себя 7-9 упражнений, построенных по принципу чередования:

упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими: упражнение на вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых ногах.

Основу урока составляют приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ногой, низкие и раскрывания ноги на 90°, большие броски.

На втором году обучения продолжают изучаться элементы русского, белорусского танцев, вводятся элементы итальянского танца или того танца, который разучивается как концертный.

Экзерсис у станка

1. Demi-pliésugrand-pliés (полуприседания и полные приседания).
2. Battementstendus (скольжение стопой по полу).
3. Battements tendus jetés (маленькиеброски).
4. Pas tortillé (развороты стоп).
5. Ronddejambeparterre (круговые скольжения по полу).
6. Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).
7. Маленькое каблучное.
8. Большое каблучное.
9. «Веревочка».
10. Подготовка к battements fondus.
11. Développé.
12. Дробные выстукивания.
13. Grand battements jetés (большиеброски).

Движения, изучаемые лицом к станку

1. Relevé-pliés (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).
2. Relevé-plié (с оттяжкой от станка на каблучках назад по 1 прямой позиции).
3. «Волна».
4. Подготовка к «штопору».
5. Portdebras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.
6. Подготовка к «сбивке».
7. Для мальчиков:

а) подготовка к присядкам,

б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону,

в) мячик боком к станку,

г) с выведением ноги вперед.

8. Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.
9. Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.
10. С выходом во вторую позицию широкую на каблуки.
11. «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.
12. «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.
13. Прыжки:

а) поджатые в сочетании с tempslevé sauté,

б) «итальянский» shangements de pieds.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:

а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);

б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

2. Основные положения и движения русского танца:

а) переводы рук из одного основного положения в другое:

— из подготовительного положения в первое основное,

— из первого основного положения в третье,

— из первого основного во второе,

— из третьего положения в четвертое (женское),

— из третьего положения в первое,

— из подготовительного положения в четвертое.

б) движение рук с платочком:

— взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции),

— то же самое из положения — скрещенные руки на груди,

— работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции,

— всевозможные взмахи и качания платочком,

— прищелкивания пальцами.

Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой.

3. Положения рук в парах:

— под «крендель»,

— накрест,

— для поворота в положении «окошечко»,

— правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

4. Положение рук в рисунках танца:

— в тройках,

— в «цепочках»,

— в линиях и в колоннах,

— «воротца»,

— в диагоналях и в кругах,

— «карусель»,

— «корзиночка»,

— «прочесы».

5. Ходы русского танца:

— простой переменный ход на полупальцах,

— тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена,

— шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом),

— шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,

— шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию,

— то же самое с подъемом на полупальцах,

— ход с каблучка с мазком каблуком,

— ход с каблучка простой,

— ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании,

— «бегущий» тройной ход на полупальцах,

— простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,

— тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,

— бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции,

— такой же бег с различными ритмическими акцентами,

— комбинации с использованием изученных ходов.

6. Припадания:

— припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,

— с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.

7. «Веревочка»:

а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах),

б) «косыночка»,

в) простая «веревочка» — первое полугодие,

г) двойная «веревочка» — второе полугодие,

д) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук — второе полугодие.

8. «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции.

9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.

10. Все виды «гармошечек»:

— «лесенка»,

— «елочка» в сочетании с pliés полупальцами с приставными шагами и припаданиями.

11. «Ковырялочка»:

— *с отскоком и броском ноги на 30^0,*

— *с броском на 60^0,*

— *с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук,*

— *то же самое с переступаниями на опорной ноге.* 12.Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:

— простые (до щиколотки),

— простые (до уровня колена), с ударом по 1 прямой позиции,

— двойные (до уровня колена с ударом),

— с продвижением в сторону.

13. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук:

— простые,

— с двойным перебором.

14. Дробные движения:

— двойные притопы,

— тройные притопы,

— аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону,

— притопы в продвижении,

— притопы вокруг себя,

— ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов,

— простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении),

— простые переборы каблучками,

— переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке,

— переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса),

— «трилистник» с притопом,

— двойная дробь с притопом,

— двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на 45^0,

— тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями),

— «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный,

— «ключ» простой.

15. Полуприсядки:

— простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,

— с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,

— с выносом ноги на 45^0,

— с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,

— с выходом на каблуки в широкую вторую позицию,

— с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону,

— с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад,

— аналогично с поворотом корпуса.

16. Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

Изучаемые танцы:

Русские танцы

Прибалтийские танцы

Итальянские танцы

4 класс (3 год обучения)

Третий год обучения предлагает дальнейшее изучение элементов у станка: вводятся упражнения с работой опорной ноги. В связи с этим включается в работу группы других мышц, чем в классике, и у суставов коленного и голеностопного увеличивается объём физической нагрузки. Активней работают руки, добавляются перегибания корпуса. Начинается изучение элементов украинского танца.

Экзерсис у станка

3. Demipliés и grandpliés (полуприседания и полные приседания).
4. Battementstendus (скольжение ногой по полу) .
5. Battemets tendus jetés (маленькиеброски).
6. Pastortillé (повороты «стоп», одинарные и двойные).
7. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
8. Ronddejambeparterre (круговые скольжения по полу).
9. Маленькое каблучное.
10. Большое каблучное.
11. Battemets fondus (мягкий, тающий).
12. Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).
13. «Веревочка».
14. Дробные выстукивания.
15. Grands battements jetes (большиеброскиногой).

Упражнения лицом к станку

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
3. Portdebras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
4. «Качалочка» простая, в раскладке.
5. «Качалочка» с акцентом.
6. «Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.
7. «Качалочка с выведением ноги на каблук.
8. Прыжковые «голубцы»:

— с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция),
— тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка,
— низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца,
— прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.

9. Подготовка к «сбивке», «сбивка».
10. Подготовка к прыжку attitude назад.
11. Подготовка к «моталочке» с отскоком.
12. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на 30^0, на 90^0 — второе полугодие.
13. Присядка с выносом ноги на воздух на 45^0 и на 90^0. 14. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45^0 и 90^0. 15. Подготовка к revoltade. Исходное положение — нога сзади в 4 позиции на носке.
16. Опускание на колено в характере украинского танца, а также переход с колена на колено. Отработка прыжка «бедуинский».

Экзерсис на середине зала

1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.
2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дроби. Усложняются манипуляции с платочком:

— платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения,
— полуокружности перед собой вправо и влево,
— взмахи на вращениях из первой в третью позицию,
— используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали,
— движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах,
— изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».

3. Виды русских ходов и поворотов:

— простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий,
— «боярский», с использованием приставных шагов на носок или накаблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад,
— широкий шаг-«мазок» на 45^0 и 90^0 с сокращенным подъемом, с plié inaplié,
— боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на 45^0 и 90^0 в сторону,
— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,
— переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким

или мягким в зависимости от характера танца,

— ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах,

б) акцентированные, под себя в plié,

в) с выносом на каблук вперед,

— боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,

— боковые припадания с поворотами,

— припадания по линии круга с работой рук,

— бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом,

— бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом,

— повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,

— повороты с выносом ноги на каблук, приемом shainé, приемом перескок (высокий),

— тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),

— повороты с «ковырялочкой»,

— *повороты с «молоточками»,*

— *повороты приемом «каблучки», «поджатые»,*

— *повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».*

4. «Веревочки»:

— простая в повороте,

— двойная в повороте,

— с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию,

— всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.

5. «Ковырялочки»:

— простые,

— в повороте на 90^0, со сменой ног,

— с отскоком и продвижением вперед,

— с отскоком и большим броском на 90^0,

— в сочетании с различными движениями русского танца,

— воздушные на 30^0, 45^0, 90^0,

— в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца.

6. «Моталочки»:

— простая,

— простая в повороте по четвертям круга, на 90^0 с использованием бросков ноги приемом jetés с вытянутым и сокращенным подъемом,

— с перекрестным отходом назад или в позу,

— с остановкой в 5 позицию на полупальцах,

— с использованием переступаний через положение reteré при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,

— в трюковых диагональных вращениях.

7. «Гармошечки»:

— простая на вытянутых ногах и на demiplié, с работой рук через вторую, третью

позицию плавно и резко,

— в повороте, в диагональном рисунке с руками,

— в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление,

— с чередованием приставных шагов, с pasdegajé, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

8. Припадания:

— боковые с двойным ударом спереди,

— вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга.

9. Перескоки и «подбивки»:

— перескоки в повороте,

— перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте),

— неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции,

— поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,

— подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие).

10. Дробные выстукивания:

— двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,

— синкопированные проскальзывания с приведением ноги на reteré у колена невыворотно,

— соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,

— соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:

а) неоднократные удары,

б) с притопом и сменой левой и правой ног,

— двойная дробь с «ускорением»,

— двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,

— двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце,

— «ключ» с использованием двойной дроби.

11. Присядки:

— присядка с «ковырялочкой»,

— присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади,

— подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,

— «гусиный шаг»,

— «ползунок» вперед и в сторону на пол.

12. Прыжки:

— прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте,

— прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам,

— прыжок с ударами по голенищу спереди,

— «лягушка».

Изучаемые танцы: *Русские танцы Белорусские танцы Украинские народные танцы Молдавские танцы*

5 класс (4 год обучения)

На четвёртом году обучения предлагается дальнейшее изучение элементов у станка более сложных, требующих соответствующей координации. Активней работают руки, добавляются перегибания корпуса, различные повороты. Начинается изучение молдавского, венгерского танцев.

Экзерсис у станка

1. Demi plie, grandplie (полуприседания и приседания).
2. Battements endues (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortilla (развороты стоп).
4. Battements tend us jetes (маленькие броски).

5.Ronddejambeparterre (круговые скольжения по полу).

6.Большое каблучное.

7.Battemets fondus (мягкое, тающее движение).

8.«Веревочка».

9.Battemets develloppe.

10.Дробные выстукивания.

11.Grands battements jetes (большие броски).

Экзерсис на середине зала

1. «Глубокий поклон»:

а) ниже пояса;

б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.

2. Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).
3. Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.
4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.
5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.
6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.
7. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.
8. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.
9. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.
10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).
11. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.
12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).
13. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.
14. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).
15. Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».
16. Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».
17. Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.
18. «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
19. «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.
20. «Моталочка» на demiplie синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах.
21. «Ковырялочка» с отскоками.

22. «Молоточки» в характере уральского танца «Шестера».

23. «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.

24. Дробные выстукивания:

а) «ключ» дробный, сложный;

б) «Ключ» дробный, сложный в повороте;

в) «Ключ» хлопушечный;

г) три дробные дорожки с заключительным ударом;

д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;

е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;

ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;

з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.

25. Дроби в характере народных танцев Поволжья.

26. Хлопушки мужские:

а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;

б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;

в) удар по голенищу вытянутой ноги;

г) хлопушки на поворотах;

д) «ключ» с хлопушкой.

27. Трюковые элементы (мужские):

а) «разножка» в воздухе;

б) «щучка» с согнутыми ногами;

в) «крокодильчик»;

г) «коза»;

д) «бочонок».

Вращения на середине зала

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблучки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

1. Приемом plie-releve (два на месте, третий - plie-подготовка, четвертый - вращение) - 1 полугодие - двойное вращение за 4-м разом.

2. Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).

3. Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения).

4. Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).

5. Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.

6. Припадания мелкие, быстрые.

7. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотно, с приходом во 2 позицию (невыворотно), без пауз, но в медленном темпе - 1 полугодие.

8. То же самое вращение в нормальном темпе - 2 полугодие.

9. Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere невыворотно, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы - 2 полугодие.

10. «Обертас» по 1 прямой позиции - 1 полугодие.

11. «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом - 2 полугодие.

12. «Обертас» с rond на 45^0 - 1 полугодие, на 90^0 - конец 2 полугодия.

13. 13.Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.

14. 14.Вращения для мальчиков:

а) tours,

б) pirouettes.

15. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

Вращения по диагонали класса

1. Tour-pique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
2. Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.

3.Бег по 1 прямой позиции (повотор за два бега) - 1 полугодие, поворот за один бег - 2 полугодие. 4. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках - 2 полугодие.

5. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
6. Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
7. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблучок».
8. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
9. Мужские вращения с использованием пройденного материала.

Вращения по кругу

1. Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.
2. Подскоки, вращение за один шаг.
3. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.
4. Большие «блинчики», аналогично.
5. Бег по 1 прямой позиции.
6. Бег с выбрасыванием ноги вперед.
7. «Шаг-каблучок», вращение за один шаг.
8. Tour-pique в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
9. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку». Мужские трюковые вращения.

Изучаемые танцы:

Русские танцы. Танцы местной традиции

Танцы народов Поволжья

Итальянские танцы

Испанские танцы

Мексиканские танцы

Приложение№2

Основные задачи каждого года обучения

В конце 1-го года обучения обучающиеся должны уметь:

1.Исполнять простейшие элементы.

2.Четко ориентироваться в пространстве и координировать движения.

3. Эмоционально и выразительно исполнять все движения.

Элементы русского народного танца:

• поклоны, ходы шаги и проходки,
• «верёвочки» ,
• дробные выстукивания,
• «ковырялочка»,
• «елочка», «гармошка»,
• вращения на месте и с продвижением,
• учебная комбинация.

Элементы белорусского танца «Крыжачок» 4/4

• положения рук в парном танце,
• подскоки, притопы,
• вращения в паре,
• присюды,
• па-де-баски,
• полька,
• учебная комбинация.

Подготовка репертуара

По окончании 2-го года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

1.Правильно исполнять упражнения у станка.

2.Точно распознавать движения разных народностей.

3.Применять изученный материал на сцене.

- **Упражнения у станка:**

• приседания,
• упражнения на развитие подвижности стопы,
• маленькие броски,
• подготовка к «верёвочке»,
• раскрывания ноги на 90° ,
• большие броски.

- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали

Элементы русского танца:

• шаги, проходки, маталочки,
• вращение на месте и с продвижением,
• хлопушки, присядки,
• учебная комбинация.

Элементы танцев прибалтийских республик:

• положения рук, шаги, подскоки, перескоки,
• прыжки по позициям на месте и с продвижением,
• учебная комбинация.

Элементы итальянского танца «Тарантелла»: 6/8

• движения рук с тамбурином,
• бег (pas emboites) на месте и с продвижением,
• перескоки с ноги на ногу, вращения,
• учебная комбинация,

По окончании 3-го года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

1.Различать терминологию у станка между классическим и народным танцами.
2.Исполнять более сложные элементы на середине.
3.Передовать эмоциональные особенности в танцах разных народов.

Упражнения у станка:

• batt. tendu с работой опорной ноги,
• флики,
• подготовка к верёвочке,
• каблучные движения.

Движения русского танца:

- верёвочка,
- ключ двойной,
- «моталочка»,
- вращения.

Элементы украинского танца:

• положения рук,
• верёвочка,
• выхилясник,
• па-де-баск,
• «бегунец», «голубец»,
• вращения, трюки, хлопушки, присядки, • учебная комбинация,

По окончании 4-го года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

1.Четко выполнять упражнения у станка.
2.Выразительно исполнять движения и комбинации на середине зала.
3.Передавать в движении стилевые особенности народной музыки.

Упражнения у станка

Элементы русского танца:

- верёвочка двойная,
- фликовые комбинации,
- сложные дроби,

Элементы молдавского танца:

- положение рук в танце,
- ходы, проходки,
- основные движения танца «Хора».

Элементы венгерского танца:

- положение рук в танце,
- основные ходы танца «Чардаш».

Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценический танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

-знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

знание балетной терминологии;

-знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;

-знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

знание средств создания образа в хореографии;

-знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

-умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;

-умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;

-умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;

-умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;

умение понимать и исполнять указания преподавателя;

-умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;

навыки музыкально-пластического интонирования;

а также:

-знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;

-знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;

-владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;

-использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;

знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;

-применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

Приложение №3

КРИТЕРИИ ОЦЕНОК ВЫСТУПЛЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

Критерии оценки качества исполнения

Оценка	**Критерии оценивания работы**
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований