

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Детская школа искусств № 1 имени А.Г. Рубинштейна» Города Томска**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

**ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ  
ПО.01ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**Программа учебного предмета  
ПО.01.УП.05. НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ  
(новая редакция)**

**Срок реализации – 5-6 лет**

**ТОМСК -2022**

«Одобрено» Методическим советом МБОУДО «ДШИ №1» « ____ » _____ 2022 г.	Утверждаю: Директор МБОУДО «ДШИ №1» _____ Л.О. Усупова « ____ » _____ 2022 г.
---	---

**Разработчики:**

**Херман Елена Юльевна**, преподаватель высшей квалификационной категории МБОУДО «Детская школа искусств №1 имени А.Г. Рубинштейна» Города Томска

**Родионова Людмила Васильевна** – преподаватель высшей квалификационной категории МБОУДО «Детская школа искусств № 1 имени А.Г. Рубинштейна» Города Томска

**Алексеев Юрий Михайлович** – преподаватель высшей квалификационной категории МБОУДО «Детская школа искусств № 1 имени А.Г. Рубинштейна» Города Томска

**Рецензент:**

**Петриева Валентина Ивановна**, профессор кафедры хореографии факультета культуры и искусств ТГПУ

**Мельникова Анна Ивановна**, методист МБОУДО «Детская школа искусств № 1 имени А.Г. Рубинштейна» Города Томска

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» создана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» и «Положения о порядке и формах проведения итоговой аттестации обучающихся по дополнительным предпрофессиональным программам в области искусств (утверждено Министерством культуры Российской Федерации от 09.02.2012 №86).

Программа является частью дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество». Учебный предмет «Народно-сценический танец» относится к обязательной части образовательной программы.

Данная программа является новой редакцией дополнительной предпрофессиональной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» 2012 года. В программу внесены следующие изменения: обновлён список литературы, отредактирован график контрольных точек и годовые требования.

**Возраст обучающихся**, принимающих участие в реализации программы - с девяти лет шести месяцев до семнадцати лет.

**Срок реализации программы** – 5 лет. Для детей, не закончивших освоение образовательной программы основного общего образования или среднего (полного) общего образования и планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок освоения программы может быть увеличен на один год.

**Программа** составлена с учётом возрастных особенностей обучающихся и направлена на:

- приобщение детей к хореографическому искусству;
- приобретение учащимися основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства.

### **Цель программы:**

Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений и навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев, танцевальных композиций народов мира, а также выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения среднего и высшего профессионального образования.

### **Задачи программы:**

- воспитание эстетического вкуса, любви и уважения к своей национальной культуре;
- обучение технике исполнения народного танца;
- развитие танцевальной координации;
- формирование теоретических знаний о народном танце;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;
- воспитание любви и уважения к народным традициям;
- развитие физической выносливости, сценического артистизма.

Форма проведения аудиторного учебного занятия - **мелкогрупповой урок**. Занятия проводятся в соответствии с учебным планом один раз в неделю. Продолжительность одного урока – 40 минут.

## Методы обучения

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ)
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития, обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому обучающемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

### Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета

Индекс, наименование учебного предмета	Трудоемкость в часах		Распределение по годам обучения				
			4 класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
			Кол-во недель аудиторных занятий				
			33	33	33	33	33
Недельная нагрузка в часах							
ПО.01.УП.05. Народно-сценический танец	Аудиторные занятия (в часах)	330	2	2	2	2	2
	Максимальная учебная нагрузка (без учета консультаций)	330	2	2	2	2	2

Индекс, наименование учебного предмета	Трудоемкость в часах		9 класс
			Кол-во недель аудиторных занятий
			33
			Недельная нагрузка в часах
ПО.01.УП.05. Народно-сценический танец	Аудиторные занятия (в часах)	66	2
	Максимальная учебная нагрузка (без учета консультаций)	66	2

Самостоятельная работа обучающегося по предмету не предусмотрена.

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачётам, экзаменам и другим мероприятиям. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счёт резерва учебного времени.

### Формы и методы контроля, система оценок.

Контроль знаний, умений и навыков обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Виды контроля и учёта успеваемости: текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговая аттестация.

**Текущий контроль** знаний и умений осуществляется в рамках урока в целях оперативного контроля за успехами обучающихся.

**Промежуточная аттестация** является основной формой контроля учебной работы обучающихся по дополнительным предпрофессиональным программам в области искусств и проводится с целью определения:

- качества реализации образовательного процесса;
- качества теоретической и практической подготовки по учебному предмету;
- уровня знаний, умений и навыков, сформированных у обучающегося на определённом этапе обучения.

В соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ промежуточная аттестация может проходить в виде контрольных уроков, зачётов, экзаменов, а также в виде просмотра концертных номеров.

Содержание контрольного урока и промежуточного экзамена определяется преподавателями коллегиально и должно включать отдельные фрагменты всех разделов образовательной программы.

Выступления учащихся оцениваются характеристикой, в которой отражаются достигнутые успехи и имеющиеся недостатки, а также оценкой по пятибалльной системе, которая выставляется коллегиально.

**Итоговая аттестация** выпускников осуществляется с целью контроля (оценки) освоения выпускниками дополнительных предпрофессиональных программ в области искусств, в соответствии с федеральными государственными требованиями, установленными к минимуму содержания, структуре и условиям реализации указанных образовательных программ, а также срокам их реализации.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускного экзамена, программа которого должна соответствовать требованиям и включать: экзерсис у станка, танцевальные элементы на середине, вращения, этюды на основе пророченного материала или образцы классического наследия.

При прохождении итоговой аттестации выпускник должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями, в том числе:

- знание профессиональной терминологии, хореографического репертуара;
- умение исполнять, народно-сценический танец;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- навыки публичных выступлений;
- наличие кругозора в области хореографического искусства и культуры.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно». В свидетельство об окончании школы выставляется оценка с учётом результат выпускного экзамена и итоговых оценок за последние два года обучения.

### **График промежуточной и итоговой аттестации**

<b>Класс</b>	<b>Срок проведения</b>	<b>Вид контрольного мероприятия</b>
4 класс	декабрь	Контрольный урок (базовые элементы народного танца)
5 класс	декабрь	Контрольный урок (экзерсис у станка, танцевальные элементы)
6 класс	декабрь	Контрольный урок (экзерсис у станка, вращения)
7 класс	декабрь	Контрольный урок (танцевальные комбинации, этюды)
8 класс	декабрь	Промежуточная аттестация Экзамен: экзерсис у станка, танцевальные элементы на середине зала, вращения, этюды.

	май	<b>Итоговая аттестация. Выпускной экзамен.</b> Экзерсис у станка, танцевальные элементы на середине зала, вращения, этюды на основе пройденного материала. <i>(учащиеся, продолжающие обучение, сдают выпускной экзамен в 9 классе)</i>
9 класс	декабрь	Контрольный урок. Экзерсис у станка. Трюки (мужской класс), вращения (женский класс).
	май	<b>Итоговая аттестация. Выпускной экзамен.</b> Выпускной экзамен. Экзерсис у станка, этюды на основе пройденного материала.

### **Критерии оценок текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.**

#### **Оценка «5» («отлично»):**

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- грамотное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов;

#### **Оценка «4» («хорошо»):**

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- неточное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- не достаточное эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

#### **Оценка «3» («удовлетворительно»):**

- слабое знание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- слабое умение двигаться в соответствии с ритмом и характером музыкального сопровождения;
- слабое умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- не эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

#### **Оценка «2» («неудовлетворительно»):**

- незнание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- неумение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- неумение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- не эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

### **КРАТКИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.**

Учебный предмет «Народно-сценический танец» играет особую роль в системе воспитания подрастающего поколения. Расширяет и обогащает исполнительские возможности обучающихся, формируя такие качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Народно-сценический танец дает

возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов. Великая роль этого предмета в эстетическом развитии учащихся, так как он приобщает их к богатству танцевального и музыкального народного творчества.

Основы русского народного танца предполагают изучение богатства лексики, разнообразную манеру исполнения, многообразные виды русского танца: хоровода, пляски, переплясы, кадрили. Танцы народов мира, разнообразные по характеру знакомят с многообразием национальных плясок.

Согласно учебному плану дополнительной предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество» восьмилетнего срока обучения учебный предмет «Народно-сценический танец» вводится на четвертом году обучения. Предыдущая подготовка обучающихся по другим предметам предметной области «Хореографическое исполнительство» направлено на подготовку костно-мышечного аппарата к работе, воспитание у обучающихся хореографической дисциплины, приобретение ими навыков по выполнению сложных, а иногда и виртуозных движений, и комбинаций.

Важным в процессе обучения народному танцу является формирование двигательного аппарата, развитие актёрских способностей, освоение характера и манеры исполнения движений. Урок народного танца у станка выстраивается не сразу. Начиная со второго года обучения, постепенно, из отдельных элементов, складываются учебные комбинации. Новое движение, как правило, разучивается лицом к станку, исполняется с одной, а затем с другой ноги. Важно достигнуть правильного исполнения упражнения, давая определённую нагрузку на мышцы и суставы. Урок может включать 8-9 упражнений, построенных по принципу чередования: плавные мягкие упражнения, чередуются с быстрыми и резкими и т.д.

Начинается занятие с приседаний, которые постепенно вводят в работу суставно-связочный аппарат, а заканчивается большими бросками. Разучивать в течение одного урока весь комплекс упражнений нецелесообразно. Заменяя одну-две комбинации на новые, дополняя и усложняя другие и оставляя часть без изменения, отработывая их можно добиться нужного результата.

Разучивать и исполнять элементы танцев, а также танцевальные комбинации, нужно только на середине зала. Это даёт ученику полное раскрепощение, создаёт свободу передвижения, возможность донести характер и манеру, усложнить координацию и технику. Исключение можно сделать для разучивания ряда трудных элементов, по усмотрению педагога.

Необходимо обращать внимание на пластичность исполнения движений, совершенствование технических приёмов, развитие мастерства, а самое главное - на развитие индивидуальных способностей и выявление творческой индивидуальности. Необходимо требовать согласованного движения ног, рук, корпуса и головы, то есть координации движений. Каждый освоенный элемент необходимо развивать и усложнять. По мере усвоения отдельные элементы можно соединять в простые, а потом и более сложные комбинации.

В процессе обучения надо бороться с исполнительской небрежностью, добиваться чёткого и правильного исполнения.

Изучение программы должно опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных данных учеников;
- строгая последовательность в овладении техники народного танца;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Танцевальные номера, построенные на основе народно-сценического танца и входящие в программу сценической практики концертных выступлений и т.д., не должны превышать возможностей обучающихся и программы соответствующих классов.

Важным, в процессе обучения в девятом классе по народно-сценическому танцу, является развитие актёрских способностей, углубленное изучение характера и манеры

исполнения движений, воспитание эмоциональной выразительности. Значительная часть учебного времени отводится на репетиционный процесс и концертную практику.

Материал девятого года обучения обобщает весь пройденный материал по учебным предметам «Народно-сценический танец» и «Танцы народов мира». Исполняются этюды и развернутые комбинации русского, белорусского, украинского, молдавского, польского, венгерского, испанского, итальянского танцев, изученных ранее.

Обучающиеся принимают непосредственное участие по созданию экзаменационного репертуара. Для этого в девятом классе вводятся задания по импровизации. Обучающиеся сочиняют комбинацию из проученных движений, чтобы затем исполнить одному или с кем-либо в паре. Удачные находки вводятся в программу итоговой аттестации. Комбинации должны быть выстроены так, чтобы каждый обучающийся мог показать свои возможности и способности. Отдельно должны быть представлены: техника исполнения мужского танца (присядки, хлопушки), техника вращений на месте и в движении в женском танце.

В экзерсис у станка вводится большее количество танцевальных комбинаций, передающих характер и манеру той или иной народности.

Разучиваются более сложные элементы танцев и танцевальные комбинации в увеличенном темпе. Это даёт ученику полное раскрепощение, создаёт свободу передвижения, возможность донести характер и манеру, усложнить координацию и технику исполнения.

Необходимо обращать внимание на пластичность исполнения движений, совершенствование технических приёмов, развитие мастерства, не превышая возможности обучающихся.

#### ***Программа по народно-сценическому танцу включает в себя:***

- изучение методики (техники) исполнения упражнений экзерсиса у станка (приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ногой по полу и по воздуху, каблучные упр., низкие и высокие развороты ноги, дробные выстукивания, подготовка к верёвочке, flic-flac, adagio, большие броски);
- практические занятия у станка и на середине зала;
- изучение движений народного танца различных национальностей и комбинации движений;
- проучивание этюдов на основе пройденного материала в национальном характере; определение темпа, ритма, динамики, характера музыки и умение передать её в движении.

#### **Необходимое техническое оснащение занятий**

Хореографический класс, оборудованный станками зеркалами; музыкальный инструмент (фортепиано или баян), аудио- и видеоаппаратура, наличие специальной формы для занятий (тренировочный купальник, трико-лосины, мягкая и жесткая танцевальная обувь), раздевалки и душевые, костюмерная.

#### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» обеспечивает целостное художественно-эстетическое развитие личности и приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в *области хореографического исполнительства*:

- знания профессиональной терминологии;
- умения исполнять народно-сценический танец;
- умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- умения осваивать и преодолевать технические трудности при разучивании хореографического произведения;



- навыков музыкально-пластического интонирования;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы;
- навыков публичных выступлений;

**Содержание** программы по учебному предмету «Народно-сценический танец» **ориентировано на:**

- выработку у обучающихся личностных качеств, способствующих восприятию в достаточном объеме учебной информации;
- приобретение навыков творческой деятельности;
- формирование у обучающихся умения самостоятельно воспринимать и оценивать культурные ценности;
- осуществление самостоятельного контроля за своей учебной деятельностью;
- умение давать объективную оценку своему труду, формированию навыков взаимодействия с преподавателями и обучающимися в образовательном процессе;
- уважительное отношение к иному мнению и художественно-эстетическим взглядам, понимание причин успеха/неуспеха собственной учебной деятельности;
- определение наиболее эффективных способов достижения результата.

Материал по учебному предмету «Народно-сценический танец» изучается концентрическим методом в течение всего учебного года. Уроки строятся комплексно, включая материал разных разделов. Последовательность изучения движений определяется главным методическим принципом - от простого к сложному. Наряду с прохождением новых движений, должен закрепляться и весь пройденный материал. Для этого его необходимо включать в более сложные комбинации.

Для удобства материал изложен отдельно по темам, что не должно нарушать принципа концентрического изучения его на занятиях.

## **Годовые требования**

### **Первый год обучения (четвёртый класс)**

Знакомство с основными позициями рук и ног, положения головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на «середине», развитие элементарных навыков на координацию движений. Освоение плана зала, движение по площадке в различных рисунках и ракурсах, развитие чувства позы, навыки координации.

#### ***Позиции ног:***

- прямые свободные;
- прямые закрытые.

#### ***Положение и позиции рук:***

- подготовительное положение (руки вниз, большой палец свободно опущенной кисти касается бедра);
- руки на талии (ладонями или в кулачках);
- I, II, III в народном танце;
- скрещенные руки на груди, не прикасаясь к корпусу;
- под подбородок;
- руки «за шапочку»;
- положение рук в парных и массовых танцах: в корзиночку; под крендель; свечка; руки на плечи;
- port de bras в народном характере.

#### ***Поклоны:***

- простой на месте (рука со II позиции на грудь);
- с шагом вперед и в сторону.

#### ***Танцевальные шаги и ходы:***

- простой плавный (вперед и назад);

- переменный, быстрый (по 1/4);
- боковой ход, приставной (на каблук);
- шаг с мазком каблуком и вынесением сокращенной стопы на воздух;
- одинарный, двойной,

**Основные дробные выстукивания:**

- простой притоп;
- двойной притоп;
- одинарный ключ;
- переборы на полупальцах;
- "тройной" бег по VI позиции с ударом;
- синкопированные удары поочередно, через перескок.
- подготовка, затем двойная дробь;
- переборы каблучками.

**Основные танцевальные элементы: мужского и женского танцев:**

- "ёлочка";
- «гармошка», "моталочка";
- "ковырялочка";
- припадание на месте, с продвижением в сторону (по 6-ой и 3-ей позициям).

**Веровочка:**

- простая;
- синкопированная;
- «косыночка».

**Хлопушки:**

- по бедру, по голенищам;
- одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие).

**Присядки:**

- по свободной, I, I-ой параллельной позициям. Без выноса и с выносом ноги;
- «разножка» с одной ноги на каблук и с двух ног;
- мячик».

**Подготовка к трюкам (для мальчиков)**

- перекидное с опорой на станок (без поворота, с поворотом);
- «качалочка».

**Вращения по диагонали:**

- шаг с подскоком;
- галоп в повороте.

**Основная лексика итальянского танца «Тарантелла» (для младшего возраста):**

- характерные положения рук;
- работа с тамбурином;
- скольжение ног вперёд на носок в разном чередовании (с продвижением и без) – *riques*;
- шаг с подскоком на месте и с продвижением, в поворот;
- эшапе по второй позиции с сугеню в пятой;
- с тербушон (без рук и с руками);
- галоп;
- боковое движение «каблук-носок» на месте и с продвижением;
- па польки.

**Элементы белорусского танца: "Крыжачок":**

- положение рук в парах и по одному;
- притопы одинарные, подскоки на двух ногах по I-ой параллельной позиции;
- тройной подскок по I-ой параллельной позиции;
- подскоки с продвижением, основной ход;
- поочередный вынос ног вперёд на каблук;
- тройные притопы с поклоном;

- присядка «мячик»;
- на месте и с продвижением;
- «мячик» с выносом ноги на каблук;

**Этюды проучиваются** на основе пройденного материала.

К концу года обучающиеся **должны освоить:**

- основные положения рук и ног в народном танце;
- навыки координации, ощущения пространства;
- навыки танцевальной фразировки;
- грамотное распределение усилий при исполнении танцевальных комбинаций;
- знать движения в характере итальянского, русского, белорусского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

### **Второй год обучения (пятый класс)**

Изучение элементов у станка, исполнение их на середине зала, разучивание более сложных танцевальных композиций, способствующих развитию координации движений обучающихся. Подготовка к исполнению сложных танцевальных трюков. Культура общения с партнером. Начальные навыки работы в танцевальном ансамбле. Экзерсиса у станка.

**Экзерсис** у станка:

- Plie по открытым и закрытым позициям;
- Battements tendus (каблук - наскок, - с ударом);
- Маленькие броски Battements tendus jetes (с plies pure le pied);
- Маленькое «каблучное»;
- Круговые движения по полу Rond;
- Низкие развороты battement fondu;
- Подготовка к "веревочке" ("веревочка" упражнение для работы бедра);
- Выстукивающие;
- Большие броски.

**Танцевальные комбинации** на основе элементов мужского и женского танца.

**Вращение:**

- по диагонали «на каблук»;
- припадание в повороте по V, VI позициям.

**Поклоны** (поясные):

- через III позицию;
- с продвижением.

**Работа с платком** (женский танец).

**Танцевальные ходы:**

- «переменный»,
- «шаркающий»,
- «боярский»,
- широкий мужской шаг с каблука,
- скользящий,
- «сибирский».

**Дроби:**

- двойная дробь на месте, с продвижением;
- «двойной ключ», дробная дорожка;
- «трилистник».

**Присядки:**

- разножка вперед с разворотом на 180 \* и обратно
- «закладка»;
- «ползунок».

### **Верёвочки:**

- двойная верёвочка;
- верёвочка с переступанием в сторону, вперед;
- с выносом ноги на каблук.

### **Основные элементы русского танца:**

- «маятник»,
- «ковырялочка» с подскоком,
- «молоточки» с двух ног.

### **Хороводы:**

- классификация и местные особенности исполнения по усмотрению педагога,
- Архангельская «Корзиночка»,
- Рязанская «Стоит кузня»,
- Курская области «Петелька».

### **Знакомство с танцевальной лексикой стран Прибалтики.**

#### **«Инглизка»**

- простой ход с носка на полупальцах,
- соскоки по 6-ой позиции с вынесением рабочей ноги вперёд с одновременным подскоком на опорной ноге,
- поочерёдное выведение ног вперёд в сочетании с лёгким бегом.

#### **«Йоксу – полька»**

- беглые шаги и подскок,
- переступания с подскоком и поворотом,
- переход в паре,
- простые шаги с подскоком,
- вращения на подскоках в парах,
- вальс с проскальзыванием,
- вальс с подскоком на опорной ноге.

#### **Татарский танец:**

- положения рук женские, мужские, парные,
- положения ног,
- переменный ход с прыжком, с каблука, дробный шаг,
- «ковырялочка»,
- «кучеру» - боковой ход,
- «брма»- боковое движение на месте и в продвижении,
- «змейка»,
- «бишкек» - подскоки с переступанием,
- «подсечка»,
- «тыпырдау»- дробь с каблука,
- дробь трилистник,
- присядки по 6-ой позиции,
- вращения на месте и с продвижением,
- широкий боковой ход,
- вращения на месте,
- присядки по 6-ой позиции.

**Этюды** проучиваются на основе пройденного материала.

К концу года обучающиеся **должны освоить:**

- элементы экзерсиса у станка;
- музыкально грамотно и выразительно исполнять движения в национальном характере танца;
- азы взаимодействия в паре (общение с партнёром);

- двигательную и мышечную память;
- манеру исполнения и характер русского, татарского, украинского танцев.

### **Третий год обучения (шестой класс)**

Дальнейшее изучение элементов у станка, активная работа рук, перегибание корпуса, полуповороты. Построение более сложных комбинаций и композиций на середине зала. Активная концертная деятельность.

#### ***Экзерсис у станка:***

- Demi plie, grand plie;
- Battements tendus с demi rond (en dehors en dedans);
- Battements tendus jetes с работой пятки опорной ноги;
- rond de pied, "восьмерка";
- большое fondus- высокие развороты;
- Упражнение для бедра развороты низкие и высокие;
- Комбинация верёвочки;
- Flic- flac (в закрытом и открытом положении);
- Adajo (developpes на plie, плавное и резкое);
- Выстукивающие в русском характере;
- Большие броски с опусканием на каблук;
- Наклоны и перегибы корпуса.

#### ***Русские пляски:***

- основные фигуры: «звёздочка», «шеен», «карусель», «челнок», «ручейк», «волна»;
- одиночная мужская, женская, парная: «Смоленский гусачок», «Орловская мотаня», «Тимоня» Курская обл.

#### ***Вращения с продвижением по кругу:***

- «бегунок»;
- на каблук;
- «блинчик».

#### ***Элементы белорусского танца: " Бульба"***

- положение рук в парах и по одному;
- подскоки с тройным переступанием;
- соскоки на месте с разворотом вправо и влево;
- галоп с притопом;
- галоп с разворотом;
- имитация рабочего процесса (характерные движения рук и ног).

#### ***Украинский танец:***

- положение и позиции рук и ног, женские, мужские, в парах;
- «дорожка»;
- «плетёнка»;
- «выхилиясник»;
- «бегунец»;
- «голубец» на месте с продвижением;
- в повороте;
- «припадание»;
- «упадание»;
- «припадание» в повороте;
- «обертас»;
- «тынок»;
- присядки;
- «ползунок», «метёлочка», «подсечка».

#### ***Парный «Гопак»***

***Этюды*** проучиваются на основе пройденного материала.

К концу года обучающиеся *должны освоить*:

- технически сложные движения у станка и на середине зала;
- умение анализировать стиль и манеру исполнения друг друга;
- передачу в движении сложные ритмические рисунки русского, украинского танцев.

#### **Четвёртый год обучения (седьмой класс)**

Более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений. Увеличение количества трюков. Усложнение ритмической основы комбинаций. Работа над выразительностью создаваемого образа.

##### ***Экзерсис у станка:***

Комбинации приобретают более "танцевальный" характер. Используется весь комплекс упражнений. Комбинации составляются более продолжительные (24, 32 такта) с использованием танцевальных элементов.

- Demi plie, grand plie с работой корпуса;
- Battements tendus с работой пятки опорной ноги на вытянутой ноге, на plie;
- Battements tendus jetes на plie;
- Rond с разворотом пятки опорной ноги;
- Fondus на полупальцах;
- Pas tortille одинарное, двойное;
- Подготовка к штопору;
- «Чечётка» одинарная;
- Adajo - developpes с ударом и на plie;
- Adajo с увеличенным размахом.

##### ***Сложные вращения:***

- с «поджатými»;
- «обертас»;
- «штопор».

##### ***Усложнённые трюки в мужском танца:***

- «коза»;
- «бедуинский»;
- «пистолетик»;
- «склёпка»;
- разножка в воздухе.

***Хлопушечные*** танцевальные комбинации с усложненным ритмом.

##### ***Комбинации присядок.***

***Русские кадрили*** формы построения. Местные особенности кадрили:

- Саратовская «Карачанка»;
- Астраханская «Зеленгинская»;
- Куйбышевская «Похвистневская»;

Или другие кадрили на усмотрение педагога.

##### ***Молдавский танец:***

- позиции и положения рук в сольных, парных и массовых танцах;
- ходы и движения: лёгкий бег с отбрасыванием ног назад;
- шаги с подскоком;
- боковой ход на одну ногу;
- на каблук;
- перескоки с ноги на ногу;
- перескоки с переступанием;
- перекрестный ход;
- плавный боковой ход;
- «Молдовеняска»: шаги с поочерёдным подниманием ног перед собой накрест;

- выпад вперёд накрест с последующим переступанием в сторону;
- круговое движение ногой в воздухе;
- шаг с каблука;
- приставные шаги;
- широкий боковой бег;
- приставные шаги;
- без выноса ноги и с выносом;
- перескоки с ноги на ногу с ударом и без;
- вращения на месте (обертас, с поджатыми);
- с продвижением, парные;
- мелкие переступания по 6-ой позиции;
- «ключ»;
- "Хора", "Жок", "Сырба" на усмотрение педагога.

**Этюды** проучиваются на основе пройденного материала.

К концу года обучающиеся **должны освоить:**

- сознательное управление своим телом,
- технически сложные движения народно-сценического танца (вращение, дроби, присядки, хлопушки);
- точное исполнение сложных ритмических рисунков, передавая их в движении;
- точную передачу художественного образа танцевального произведения в сольном и ансамблевом исполнении.

### **Пятый год обучения (восьмой класс)**

Умение исполнять технически сложные комбинации и этюды в более сложных ритмических рисунках и в ускоренных темпах. Объединение движения в более сложные по композиции этюды. Выразительности исполнения танца. Дальнейшее изучение более сложных элементов у станка и на середине. Упражнения в различном национальном характере. Чувство позы, манеры, характера исполнения танца данной народности.

#### ***Экзерсис у станка***

Изучение более сложных элементов у станка и на середине в различном национальном характере. Увеличивается темп.

- demi pli, grand plie с работой корпуса (прямое и обратное);
- battements tendus с работой пятки опорной ноги на вытянутой ногн на plie;
- battements tendus с переходом на работающую ногу;
- Battements tendus jetes на plie;
- Battements tendus jetes balensoi;
- rond с plie;
- fondus на полупальцах;
- pas tortille с ударом;
- «качалка»;
- flic-flac;
- double flik;
- «веер»;
- adajo developpes с ударом и на plie;
- большие броски с опусканием на подъём;
- большие броски с полуповоротом;
- большие броски с tombe.

**Выстукивающие упражнения** в характере испанского танца.

**Усложнённые трюки** в мужском танце:

- «экскаватор»;
- «циркуль»;

- «флажок».

***Венгерский танец:***

- положения рук, ног в женском, мужском и парных танцах;
- положения в паре;
- вращения;
- основные ходы (с каблука, перекрёстный);
- «ключ» двумя ногами, одной ногой с проскоком в сторону, с выносом ноги на каблук;
- вращение типа soutenu;
- «винт»;
- приставные шаги;
- парные вращения;
- короткие соскоки по 6-ой позиции влево-вправо одинарные, двойные;
- хлопки, хлопушки (по голенищу, по обеим, с ключом);
- голубец, голубец в повороте;
- верёвочка на полупальцах, с прыжком;
- остановка с ударом;
- battement de velleopre с шагом, с окончанием на полупальцы, с проскальзыванием.

***«Чардыш», «Пантозоо»*** по усмотрению педагога.

***Польский танец:***

- положения рук, ног;
- положения в паре;
- «па марше»;
- «па гала»;
- с одной ноги (отбианте);
- «балансе»;
- «ключ» на месте, с продвижением;
- опускание на колени;
- «голубцы»;
- до-за-до;
- вращение парное;
- «цвал» - стремительный ход по типу галопа;
- переменный ход;
- подъем и перенос девушек;
- вальсовый поворот.

***«Мазурка», «Оберек»*** по усмотрению педагога

***Этюды*** проучиваются на основе пройденного материала.

**Шестой год обучения (девятый класс)**

Вырабатывается умение исполнять технически сложные комбинации и этюды. Усложняется ритмическая основа комбинаций и этюдов. Ускоряется темп их исполнения. Движения объединяются в более сложные по композиции комбинации и этюды. Особое внимание уделяется выразительности исполнения и донесения характера танца. Продолжается дальнейшее изучение более сложных элементов у станка и на середине. Вырабатывается чувство позы, манеры, характера исполнения танца данной народности. Обучающиеся получают навык сочинения простых комбинаций у станка и на середине. Продолжается изучение сложных движений русских плясок. Развиваются ранее полученные навыки ансамблевого исполнения технически насыщенных танцев. Элементы танцев, пройденных ранее, повторяются в более сложных сочетаниях.

***Экзерсис у станка***

Изучение более сложных элементов у станка и на середине в различном национальном характере, с увеличенным темпом и амплитудой. В профильных классах уделяется внимание



методике исполнения движений у станка и на середине зала с раскладкой движений на определенный музыкальный размер: 2/4, 3/4, 4/4, 6/8. В движениях у станка применяются различные повороты, soutenu, туры en dehors, en dedans.

- demi plie, grand plie круговое (винтовое) плавное и резкое по 1 параллельной позиции
- battements tendus с demi plie
- battements tendus с переходом на работающую ногу
- каблучное с выносом ноги и мазком полупальцами по полу (на 90\*)
- «веер» по воздуху с подскоком на опорной ноге
- rond по воздуху с подскоком на опорной ноге: с вытянутым подъемом, с сокращённой стопой, с разворотом пятки опорной ноги, в сочетании с пируэтом
- упражнение для бедра в «один приём» с прыжком
- fondus с полуповоротом и полным поворотом на опорной ноге на 45\*и 90\* спереди и сзади, в сочетании с пируэтом
- pas tortille «змея» с прыжком
- developpes мягкое и резкое с опусканием ан подъём, с прыжком
- grand battements jetes круговой в сторону
- выстукивающие в мексиканском характере.

### **Экзерсис на середине**

- трюки в мужском танце:  
“разножка” в прыжке (мужская) в характере украинского танца;  
“щучка” в характере украинского танца;  
“метелочка” в характере украинского танца;
- «склёпка» двумя ногами;
  - «фляг» назад на одну руку;
  - воздушные туры, одинарные и двойные.

в женском танце

- осваивается техника вращений по диагонали и по кругу:  
fouette на 45°, 90° в demi-plie с сокращенным подъемом;
- “блинчики” - вращение с поочередным сгибанием ног в колене;
- вращения с прыжком.

**Образцы** народной хореографии из репертуара ансамблей народного танца и русских народных хоров: Государственный академический ансамбль народного танца им. И.Моисеева, Ансамбль танца «Берёзка», Красноярский ансамбль танца Сибири, Сибирский Русский народный хор и т. д. по усмотрению педагога. Возможно использование целых постановок или отдельных фрагментов, например: «Лето», «Городская кадрили», «Карусель», хоровод «Берёзка», пляска «Ручеёк», «Тимоня», «Прялочка» и т.д.

## **Примерные требования к итоговой аттестации**

### **Экзерсис у станка**

1. Demi plie, grand plie -Украина
2. Battements tendus-Россия
3. Battements tendus jetes- Белоруссия.
4. Rond de jambe parterre- Татарстан
5. Каблучное- Россия
6. Верёвочка- Россия
7. Battements fondues- Белоруссия
8. Flic-flac-Яблочко
9. Adagio- Россия
10. Выстукивающие- Татарстан
11. Grand battements jetes- Россия

### **Экзерсис на середине**

1. Комбинация верёвочки

2. Моталочка
3. Ковырялочка
4. Дроби
5. Хлопушки

### ***Вращения***

1. Бегунок.
2. Тур-пике девочки, коза-мальчики
3. Вращение в комбинации-девочки, большая разножка-мальчики
4. sout bask в повороте с рукой-девочки, щучка-мальчики
5. Обертас-фуэте-девочки, закладка-мальчики
6. Поворот поджатый-девочки, крокодильчик, собачка-мальчики
7. Пистолет, присядка в повороте

### ***Этюды***

1. Крыжачок
2. Караян
3. Казачий мужской
4. Девчата
5. Пляс в распашку
6. Большой сибирский пляс

### **Требования к уровню подготовки обучающегося**

Результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценический танец» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание танцевальной культуре различных народов;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народного 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 элементы и основные комбинации народного танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже народного танца и разучивания хореографического произведения;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- наличие навыков музыкально-пластического интонирования.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Адамович О.Ю., Михайлова Т.С., Александрова Н.Н. Народно-сценический танец, упражнения у станка: Издательство «Лань» 2018
2. Алексютрович Л. Белорусские народные танцы, хороводы, игры. Минск 1978
3. Богаторова Л. Хоровод друзей. М. 1957
4. Борзов А. Танцы народов СССР. М. 1983
5. Борзов А. Народно-сценический танец. Программа для хореографических отделений ДМШ Составитель - и.о. ГИТИСа 1983
6. Борзов А. Танцы народов мира М. Университет Натальи Нестеровой, 2006
7. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. М. Владос, 2003

8. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. М. Владос, 2004
9. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Этюды. М. Владос, 2004
10. Дубских Т.М. Белорусский народный танец: Учебно – методическое пособие. – 2-е изд., доп./ ЧГАКИ. – Челябинск, 2001
11. Дубовская. Песни, хороводы, кадрили Белого моря. – Мурманск, 2007
12. Есаулов И. Народно-сценический танец. Ижевск, 2004
13. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка - Орел, труд, 1999
14. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, Труд 2004
15. Иванникова О. Народный танец. Сталкер, 2007
16. Иноземцева Г. Народные танцы. М. 1971
17. Касимова Л.А. Основные формы народного танца, теория и методика преподавания: Издательство «Лань» 2017
18. Климов А. Основы русского народного танца. М. 1981
19. Курбет В. Молдавские народные танцы. М. 1984
20. Лопухов А. В., Ширяев А. В., Бочарова А. И. Основы характерного танца. С-П., М., Краснодар.: Лань, 2010
21. Матвеев В. Русский народный танец. Теория и методика преподавания., Лань, 2018
22. Мардарь М. Молдавские народные танцы. Кишинев 1969
23. Мурошко М. Формы русского танца. — М.: Один их лучших, 2007
24. Народное творчество Орловской области. Орел 1988
25. Палилей А.В. «Русский танец в Сибири», Красноярск,
26. Суна Х. Латышский народный танец. М. 1983
27. Тагиров Татарский танцы. Казань 1960
28. Ткаченко Т. Народный танцы. М. 1975
29. Уральская В. Рождение танца. М. 1982
30. Устинова Т. Русский народный танец. М. 1976
31. Фармоньянц Е. Народно - сценический танец. М. 1976
32. Хворост И., Чурко, Белорусский народный танец. Минск 1977