

*Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Детская школа искусств №3»*

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

**Предметная область  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**ПРОГРАММА  
по учебному предмету  
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

г. о.Воскресенск

«ОДОБРЕНО»

Педагогическим советом

«01» сентября 2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МУДО «ДШИ №3»

О. Ю.  
Александрова

«01» сентября 2021 г.



Разработчик Зайцева Ирина Александровна – зав. хореографическим  
отделом МУДО «ДШИ №3»

Рецензент: Председатель методического совета МУДО «ДШИ №3»  
Сметухина Ирина Вячеславовна

Рецензент: Председатель Воскресенского методического объединения  
Андропова Людмила Алексеевна

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

### **II. Содержание учебного предмета**

- *Сведения о затратах учебного времени;*
- *Годовые требования по классам;*

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки;*

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*

### **VI. Список рекомендуемой учебной литературы**

- *Основная литература;*
- *Дополнительная литература*

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Учебный предмет «Народно-сценический танец» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Народно-сценический танец является одним из основных предметов предметной области «Хореографическое исполнительство». В соответствии с учебными планами предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество» предмет «Народно-сценический танец» изучается с 4 по 8 класс (8-летний срок обучения) и со 2 по 5 класс (5-летний срок обучения).

Содержание учебного предмета «Народно-сценический танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец».

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе русского танца. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

Содержание данной программы представлено двумя вариантами, разработанными группами разработчиков: первый вариант – группой преподавателей детских школ искусств города Москвы, второй вариант – группой преподавателей Орловской детской хореографической школы.

### ***Срок реализации учебного предмета***

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» при 8-летней образовательной программе составляет 5 лет (с 4 по 8 класс).

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» при 5-летней образовательной программе составляет 4 года (со 2 по 5 класс).

Для поступающих в образовательное учреждение, реализующее основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок обучения может быть увеличен на 1 год.

**Объем учебного времени,** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Народно-сценический танец»:

Срок обучения - 8 лет

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы	
	4-8	9
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	330	66
аудиторные занятия (в часах)	330	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	396	

Срок обучения – 5 лет

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы	
	2-5	6
Максимальная нагрузка, в том числе:	264	66
аудиторные занятия	264	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	330	

### ***Форма проведения учебных аудиторных занятий:***

мелкогрупповые занятия, численность группы от 4 до 10 человек, рекомендуемая продолжительность урока -1 – 2 класс 30 минут, с 3 класс - 45 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

### ***Цель и задачи учебного предмета***

**Цель:** 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 в соответствии с ФГТ, а также выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовка их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

**Задачи:**

- обучение основам народного танца,
- развитие танцевальной координации;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- воспитание дисциплинированности;
- формирование волевых качеств.

***Обоснование структуры программы учебного предмета***

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы "Содержание учебного предмета".

***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, танцевальных коллективов, 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 ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

### ***Описание материально-технических условий реализации учебного предмета***

Минимально необходимый для реализации программы «Классический танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано, баяна) в балетном классе;
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

## II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

*Сведения о затратах учебного времени*, предусмотренного на освоение учебного предмета «Народно-сценический танец», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:

Срок освоения предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество - 5 (6) лет

	Распределение по годам обучения				
	1	2	3	4	5
Классы	2	3	4	5	6
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	264				66
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	264				66
Объем времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	8
Общий объем времени на консультации	24				8

Срок освоения предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество - 8 (9) лет

	Распределение по годам обучения					
	1	2	3	4	5	6
Классы	4	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	330					66



Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	330					66
Объем времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	6	8
Общий объем времени на консультации	30					8

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области хореографического искусства распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

### ***Требования по годам обучения***

#### **Срок обучения 8 (9) лет**

##### ***Распределение материала по годам обучения***

- I год обучения - 4 класс (второй год обучения классическому танцу)
- II год обучения - 5 класс ( третий год обучения классическому танцу)
- III год обучения - 6 класс (четвертый год обучения классическому танцу)
- IV год обучения - 7 класс (пятый год обучения классическому танцу)
- V год обучения - 8 класс (шестой год обучения классическому танцу)
- VI год обучения - 9 класс (седьмой год обучения классическому танцу)

Помимо основного материала по народному танцу предлагается дополнительный материал – характерный (сценический) танец (8 класс и дополнительный год), а также «Региональный танец» (для хореографических школ ДШИ республик и автономных округов в составе России).

Русский народный танец изучается на протяжении всех лет обучения. В 8 классе и в 9 классе изучается русский танец с областными особенностями.

Приступая к изучению танца той или иной народности, необходимо ознакомить учащихся с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.

#### ***Первый год обучения (4 класс)***

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Белорусский народный танец.
- Украинский (Западная Украина) народный танец.
- Танец народов Прибалтики.

#### ***Второй год обучения (5 класс)***

- Региональный танец (для республик и автономных округов и республик в составе России)
- Русский народный танец.
- Белорусский народный танец.
- Украинский (Центральная Украина) народный танец.
- Итальянский народно-сценический танец «Тарантелла».

#### ***Третий год обучения (6 класс)***

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Украинский (Центральная Украина) народный танец.
- Итальянский танец «Тарантелла».
- Венгерский народный танец.

#### ***Четвертый год обучения (7 класс)***

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Молдавский народный танец.
- Венгерский народный танец.
- Польский народный танец.

#### ***Пятый год обучения (8 класс)***

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Молдавский народный танец.
- Польский народный танец.
- Испанский народный танец «Арагонская хота».
- Курс сценического танца.
- Польский сценический танец «Мазурка».

- Венгерский сценический танец.  
*Шестой год обучения (9 класс)*
- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Польский сценический танец «Мазурка».
- Венгерский сценический танец.
- Испанский сценический танец.
- Цыганский сценический танец.

### *Первый год обучения (4 класс)*

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Осваиваются простейшие элементы и движения народно-сценического танца у станка и на середине зала.

2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.

3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений:

- постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»;
- позиции ног:
  - 5 свободных;
  - 5 прямых;
  - 2 закрытых;
- позиции и положения рук:
  - подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса);
  - 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце);
  - 4-я позиция (руки на талии).

Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

#### **Движение у станка**

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения материала – за одну руку.

1. Plie по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции.
2. Battement tendu из V позиции «носок-каблук».
3. Battement tendu jete с pour le pied.
4. Подготовка к «веревочке» - скольжение работающей ноги по опорной.
5. Подготовка к «каблучному»:

- маленькое «каблучное».
- 6. Flic- flac из V позиции во всех направлениях.
- 7. Перегибы корпуса в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе.
- 8. Releve lent на  $90^0$  с сокращением стопы.
- 9. Grand battement jete, в соответствии с изучением на уроке классического танца.

### Середина

#### Региональный танец (по выбору преподавателя)

#### Русский народный танец

Освоение Русского народного танца происходит в течение всего периода обучения. Русский народный танец должен быть представлен достаточно широко, так как его развитие тесно связано с историей нашего народа, с его бытом и обычаями.

1. Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позиции); два положения кисти на талии:

- ладонь;
- кулачок.

2. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie.

3. «Ковырялочка» из III свободной позиции:

- в сторону;
- назад (с поворотом на  $180^0$ ).

4. «Припадание» в сторону из III свободной позиции.

5. Подскоки.

6. Русский бег.

7. «Перескоки».

8. «Молоточки».

10. Простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад.

11. Переменный ход в продвижении вперед и назад.

12. Поясной русский поклон.

13. Притопы:

- одинарные;
- двойные;
- тройные.

14. Перетопы с «противоходом».

15. Хлопушки в парах.

#### Белорусский народный танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения рук.

Позиции ног. Основные положения в паре.

3. На первом году обучения предлагается изучение танцев: «Бульба», «Крыжачок» и танцев в характере польки (полька «Янка»):

- основной ход танца «Бульба»;
- основной ход танца «Крыжачок»;
- притопы;
- «перескоки»;
- «припадание» с акцентом у колена опорной ноги.

### **Танцы народов Прибалтики**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения рук.

Позиции ног. Основные положения в паре, тройках.

3. Основные движения:

- соскоки;
- галоп и их различные состояния; прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами.

### **Украинский народный танец**

1. Изучение движений Закарпатских танцев. Знакомство с музыкальным материалом.

2. Основные положения рук и ног.

Положения в паре.

3. Основные движения:

- основной ход;
- приставной шаг из стороны в сторону;
- «тропитка»;
- dos a dos на различных движениях.

### **Материал для класса мальчиков**

1. Одинарные фиксирующие и скользящие хлопки и удары:

- в ладоши;
- по бедру;
- по голенищу сапога.

2. Присядки:

- подготовка к присядке;
- «мячик» по I прямой и I свободной позициям;
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол (на месте);
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на воздух

вперед и в сторону (на месте);

- «разножка» в сторону на ребро каблука (у палки).

### 3. Прыжки:

- малые и большие подскоки с двух ног на две (с вытянутыми ногами и с согнутыми в коленях ногами);

- подскок с согнутыми назад ногами и одновременным ударом ладонями по голенищам.

### **Украинский народный танец «Коломийка»**

1. «Присядка-винт» по I прямой позиции с вырастанием на каблочки двух ног (противоход – бёдра).

2. Прыжок «разножка» (в воздухе широкая II позиция).

### **Белорусский народный танец**

1. Присядка «мячик» по I прямой позиции с продвижением из стороны в сторону.

2. Полуприсядка по I прямой позиции с выведением согнутой ноги вперед в пол и на  $35^{\circ}$ .

### **Второй год обучения (5 класс)**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Изучаются движения у станка (кроме *rond de jambe par terre* и *battement fondu*).

2. Развитие элементарных навыков танцевальной координации движений.

3. Все движения и комбинации движений начинаются с открывания рук (I-II позиции, т.е. *preparation*). Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).

Со II полугодия постепенно соединяются движения ног с переводом рук.

4. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды (1-2) из 2-3-х ранее пройденных движений (формирование навыков партнерства).

#### **Движения у станка**

1. *Plie* – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп.

2. *Battements tendu* – «носок - каблук» с окончанием в *plie* (каблук).

3. *Battements tendu jete pour-le-pied* в сочетании с притопами.

4. Подготовка к «веревочке» - разворот бедра в закрытое - открытое положение.

5. «Каблучное» - маленькое с 2-м ударом.

6. Опускание на колено – у каблука опорной ноги (с поворотом к палке).
7. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на полупальцах.
8. Pas tortilla – из положения pointe в сторону.
9. Flic-flac – из V позиции в V позицию во всех направлениях с ударом подушечкой стопы и сокращенной стопой на sou-de-pied.
10. Releve lent и battement derellope – с сокращением стопы с окончанием в demi-plie на каблук.
11. Grand battement jete – во всех направлениях из V позиции с окончанием в demi-plie на каблук.

### Середина

#### Региональный танец (по выбору преподавателя)

#### Русский народный танец

1. Простые переводы рук из позиции в позицию.
2. Земной русский поклон.
3. «Гармошка» в повороте.
4. «Веревочка»:
  - простая;
  - двойная;
  - с переступанием.
5. «Маятник» в прямом положении.
6. «Моталочка» в прямом положении.
7. «Переборы» подушечками стоп.
8. Шаги:
  - со скользящим ударом;
  - с подбивкой на каблук.
9. Дробные выстукивания:
  - «разговорные» дробы;
  - «двойная дробь»;
  - «ключ» дробный (простой с одним и двумя двойными ударами).
10. Вращения:
  - на двух подскоках полный поворот;
  - «припаданием» на месте.

#### **Белорусский народный танец**

Изучается на примере белорусских полек «Крутуха» и «Трясуха».

1. Основное положение рук и ног.
2. Основное положение в паре.
3. Основной ход польки «Крутуха».

4. Основной ход польки «Трясуха».
5. Галоп.
6. Вращения на месте и в продвижении (на основе движений танцев «Крутуха» и «Трясуха»).

#### **Украинский народный танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения ног.

3. Основные положения рук.

Изучается I положение (руки раскрыты в сторону между подготовительным положением и 2-й позицией).

II положение (руки раскрыты в сторону между 3-й и 2-й позициями).

4. «Веребочка»:

- простая;
- с продвижением назад.

5. Притопы:

- одинарный;
- двойной (перескок с двумя поочередными ударами стоп по 1-й прямой позиции).

6. «Голубцы» одинарные в сторону с притопом.

7. «Дарижка проста» («припадание» - шаг в сторону с последующим переступанием по 5-й свободной позиции).

8. «Переменный шаг»

#### **Итальянский танец «Гарантелла»**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения ног.

3. Основные положения рук. Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).

Движения рук с тамбурином.

4. *Battements tendu jete* вперед:

- с шага и ударом носком по полу (*riqué*) – с продвижением вперед, назад;
- удар носком по полу (*riqué*) с подскоком – на месте, с продвижением назад;
- поочередные удары носком и ребром каблука по полу с подскоками – на месте, с продвижением назад.

5. *Jete-riqué* (на месте и с отходом назад на *plie*).

6. *Jete* «носок-каблук» поочередно (с подскоком).



7. Соскоки на полупальцы в 5-й позиции на plie (и на месте и в повороте).

8. Pas echarpe (соскоки на II позицию).

9. Бег – pas emboite – на месте, с продвижением вперед.

10. Основной ход с pas ballone (с фиксацией на sou-de-pied).

11. Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом:

- на полупальцах по 5-й позиции;

- на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по 5-й свободной позиции.

12. Pas de basque (тройные перескоки по 5-й прямой позиции с согнутыми вперед коленями на 90<sup>0</sup> (на месте и в продвижении вперед, назад, с поворотом).

13. Проскальзывание назад на одной ноге на demi-plie с выведением другой ноги вперед на носок (на месте, с продвижением назад).

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Двойные (сдвоенные хлопки и удары):

- хлопок и удар по бедру;

- два удара по бедру;

- хлопок и удар по голенищу сапога;

- два удара по голенищу сапога.

2. Присядки:

- «мячик» по I свободной позиции в продвижении и в повороте;

- полуприсядка с выносом ноги в сторону и вперед на воздух с продвижением;

- «разножка» вперед-назад и с поворотом корпуса «противоход»;

- «гусиный шаг».

3. Прыжки с обеих ног с одновременным сгибанием одной ноги вперед в свободном положении и удар ладонью по подошве сапога.

#### **Украинский народный танец**

1. Основной ход танца «Ползунец» (полный присед - скользящие с каблука длинные шаги).

2. Полное приседание с последующим отскоком в сторону в полуприседание и открывание другой ноги в сторону на 45<sup>0</sup>.

### **Третий год обучения(6 класс)**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях.

2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса. Темпы движений остаются умеренными.
3. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.
4. Формируются навыки выразительного исполнения движений.
5. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью, у девочек - левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

#### **Движение у станка**

1. Plie - добавляется резкое demi-plie.
2. Battement tendu:
  - с работой опорной пятки;
  - «веер» по точкам.
3. Battement tendu jete - с работой опорной пятки.
4. Подготовка к «веревочке» - разнообразные сочетания переноса ноги и поворотов бедра, вносится ритмическое разнообразие в движения.
5. «Каблучное» - маленькое во всех направлениях:
  - duple;
  - с demi-rond;
  - большое каблучное.
6. «Качалочка».
7. Rond de jambe par terre:
  - подготовка - rond de pied;
  - с выведением на носок и каблук.
8. Battement fondu:
  - на всей стопе на 45° в сторону;
  - вперед-назад с demi rond.
9. Перегибы корпуса:
  - лицом к станку с plie на полупальцах;
  - одной рукой за палку в I прямой позиции (полупальцы).
10. «Штопор».
11. Flic-flac:
  - с подскоком на опорной ноге;
  - с переходом на рабочую ногу.
12. Battement developpe на demi-plie с последующим одинарным ударом опорной пятки.
13. Grand battement jete с «ножницами» с окончанием на plie на каблук.

#### **Середина**

**Региональный танец (по выбору преподавателя)**

**Русский народный танец**

Усложняются сочетания ранее пройденных элементов:

1. Боковая «моталочка».
2. «Веревочка»:
  - с «косичкой»;
  - с «косыночкой»;
  - с «ковырялочкой»;
  - синкопированная;
  - в повороте (по точкам).
3. Дробные выстукивания с продвижением.
4. Вращения:
  - русский бег в повороте;
  - через *cou-de-pied* с выносом ноги на каблук в стороны (на 45°-90°).

Для девочек – работа с платочком: основные положения рук с платочком и переводы из позиции в позицию.

#### **Украинский народный танец**

1. Положения в парах, тройках.
2. Ходы хороводные: сочетания простых и переменных шагов, на полупальцы с выносом ноги на каблучок.
3. *Pas de basque*:
  - на трех переступаниях;
  - на 45° вперед.
4. «Бигунец».
5. «Похид-вильный» - стелящиеся прыжки вперед в длину.
6. «Дорижка плетена» («припадание» - шаги в сторону с последующими поочередными переступаниями в перекрещенное положение спереди и сзади).
7. «Выхияльник» с «угинанием» («ковырялочка» с наклоном головы (корпуса) вперед).
7. «Веревочка» в повороте.
8. «Подбивка» из стороны в сторону.
9. «Голубцы»:
  - подряд в движении из стороны в сторону;
  - с продвижением в сторону с поворотом на полкруга.
10. Подготовка к вращению и вращение на месте «обертас».

#### **Итальянский танец «Тарантелла»**

1. Основной ход с *pas ballonne* с последующим открыванием ноги вперед.
2. *Pas balance*.

3. Jete на носок с demi rond.
4. «Веер» и «веер» в повороте (разучивается у станка).
5. Шаг-подскок (одна нога поднимается в attitude вперед).
6. Соскоки на II позицию с переходом на одну ногу, другая нога в attitude вперед. Так же с вращением в этом положении вокруг себя.
7. Поочередные выбрасывания ног вперед в attitude и с разворотом на 180° (через резкий наклон корпуса вперед и с остановкой с открытой ногой в attitude вперед).
8. Dos a dos на различных движениях.
9. Скольжение в позе arabesque (вперед, назад, вращение вокруг себя).

### **Венгерский народный танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук:
  - на талии внутренним ребром ладони;
  - «наматывание» - кисть вокруг другой кисти перед грудью (руки согнуты в локтях).
3. Ходы «чардаш» и ход «с каблука».
4. Соскоки на 1-й и 2-й прямые позиции с хлопками перед грудью.
5. «Ключ» со 2-й закрытой позиции.
6. Перескоки мягкие с ноги на ногу с «переступанием» в I прямой позиции и «в крест» назад за опорную ногу.
7. «Отскоки» назад на одной ноге (другая нога выбивается вперед на 45°).
8. Подскок на одной ноге и с двойным ударом каблука другой ноги, вынесенной вперед на 30°.

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Тройные (строенные хлопки и удары):
  - скользящий хлопок и два удара по бедру;
  - скользящий хлопок и два удара по голенищам сапог;
  - скользящий хлопок и два удара по голенищу сапога;
  - фиксирующий хлопок и два удара.
2. «Присядки»:
  - «разножка» вперед-назад с поворотом на 180°;
  - «закладка».
3. Прыжки с поджатыми ногами и с ударом по голенищу сапога.

#### **Украинский народный танец**

1. «Тынок» на месте и с поворотом (прыжок).

2. «Ползунок» вперед и в сторону.
3. Револьтад (разучивается у станка).
4. Большой «голубец» (разучивается у станка).

### **Венгерский народный танец**

1. «Лего боказо» - прыжок с разведением ног в стороны и ударом внутренними ребрами сапог по I прямой позиции.
2. Хлопушки фиксирующие и скользящие:
  - в ладоши;
  - по бедру;
  - по голенищу;
  - по каблuku (простые сочетания ударов)

### **Четвертый год обучения (7 класс)**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Освоение более сложных танцевальных комбинаций с широким использованием ракурсов.
2. Развитие силы и выносливости учащихся.
3. Работа над выразительностью и выявление творческой индивидуальности учащихся.
4. Активное формирование навыков ансамблевого исполнения.

#### **Движение у станка**

1. Plie - в прямых позициях и полупальцах:
  - «винт» в I прямой позиции (с двумя разворотами бедер).
2. Battement tendu - из выворотного в прямое положение в сторону II позиции.
3. Battement tendu - на demi- plie:
  - с riques на plie с опорной пятки во всех направлениях;
  - balensuare на plie с опорной пятки.
4. Подготовка к «веревочке» - пройденные ранее движения исполняются на полупальцах.
5. «Каблучное»:
  - «большое» duple;
  - «большое» с demi-rond.
6. Rond de jambe parter – «восьмерка» с остановкой и без остановки в сторону.
7. Battement fondu на полупальцах.
8. Перегибы корпуса:
  - одной рукой за палку в I и IV прямых позициях на двух ногах и одной ноге;

- в сторону (лицом к палке).

9. Pas tortie с приема jete в сторону.

10. Battement developpe - резкое двойным ударом опорной пятки («венгерское»).

11. Flic- flac с переступанием.

12. Grand battement jete - с переходом на рабочую ногу и ударом подушечкой опорной ноги.

### **Середина**

**Региональный танец** (по выбору преподавателя)

#### **Русский народный танец**

1. Шаги и «припадания» собираются в связки, добавляются подвороты, flic и другие связующие движения.

2. Игра с платочком у девушек.

3. «Веревоочка»:

- с открыванием ноги на каблук;
- с перекатами через каблучок;
- с полным поворотом на полупальцах.

5. Боковая «моталочка».

В качестве хорошего дополнения и развития уже выученных движений предлагается собрать этюдную работу на основе танца «Полянка».

#### **Молдавский народный танец**

Изучение возможно на основе любого танца по усмотрению преподавателя, например «Жаворонок»:

- быстрые переступания по I прямой и III свободной позиции (на месте и в продвижении в сторону, в повороте);
- jete с подскока на опорной ноге (с акцентом к себе);
- тройные переборы ногами;
- tombe вперед с наклоном корпуса;
- переборы с выносом ноги на каблучок;
- синкопированные подскоки и соскоки на одну и две ноги.

Разнообразие движений и связок движений зависит от задач, поставленных преподавателем.

#### **Венгерский народный танец**

1. Движение рук: круговые поочередные непрерывные движения внутри согнутых перед собой рук ладонями вперед одной рукой (мужское движение).

2. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»). Ходы «Чардаш» в паре.

3. «Боказо» («ключ»):

- жесткий (отскок с акцентированной приставкой в I прямую позицию одинарные и двойные (через паузу);
- мягкий (согнутой ногой в сторону с подъемом на полупальцы).
- 4. «Люлька» (с движением рук).
- 5. Резкие тройные полуповороты бедер и ног по V свободной позиции и соскоком на одну ногу в полуприседание.
- 6. «Цифро» («веревочка» с подъемом на полупальцы (с акцентированным окончанием и подряд).
- 7. Вращения в паре и подвороты в паре.

### **Польский народный танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Изучаем на примере танца «Краковяк».
2. Положения ног и рук. Основные положения в паре.
3. Притопы:
  - одинарные;
  - двойные (перескок с последующим притопом).
4. «Ключ» одинарный и двойной.
5. Ходы:
  - подскоки и бег;
  - шаг с последующим броском (jete) ноги вперед и соскоком в полуприседание на две ноги в I прямую позиции.
6. «Цвал» (галоп).
7. «Голубец» одинарный и двойной с притопом.
8. Pas balance.
9. «Кшесанэ» с притопом.
10. Pas de basque.

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Удары комбинированные:
  - хлопушечный «ключ»;
  - удары по подошве сапога и об пол.
2. Присядки:
  - присядка в соединении с ударом по голенищу сапога ладонью;
  - «качалочка»;
  - «закладка» в продвижении в сторону;
  - «закладка» в сочетании с «качалочкой».
3. Прыжки:
  - «стульчик».

## **Венгерский народный танец**

По желанию преподавателя и возможностям учеников могут быть изучены основные ходы и движения мужского танца «Пантозоо».

В урок включаются комбинированные хлопушки Венгерского народного танца.

### **Пятый год обучения (8 класс)**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Освоение сложных танцевальных комбинаций, этюдов.
2. Формирование навыков осознанного освоения элементов народного танца.
3. Формирование бережного отношения к хореографическому наследию в связи с началом изучения академического танца и областных особенностей Русского танца.

#### **Движение у станка**

1. Plie - сочетания выворотных и прямых позиций, резких и мягких plie.
2. Battement tendu:
  - с переходом с опорной ноги на рабочую;
  - с увеличенным количеством переводов стопы «носок-каблук».
3. Battement tendu jete - с balensuare через проскальзывание опорной ноги.
4. «Каблучное» - с «ковырялочкой» на 90°.
5. Rond de jambe parter:
  - «восьмерка» (без остановки в сторону на вытянутой опорной ноге и plie);
  - с rond de pied опорной ноги.
6. Battement fondu на 90°.
7. Flic- flac:
  - с пружинящими переступаниями на полупальцах (цыганское);
  - duple flic.
8. Battement developpe – резкие с двойным ударом опорной пятки в момент открывания ноги.
9. Grand battement jete:
  - с двойным ударом подушечкой опорной ноги;
  - с balensuare на 90°.

#### **Середина**

**Региональный танец (по выбору преподавателей)**

**Русский народный танец**



1. Ход кадрильный (с каблучка).
2. «Веревочка» - собираем в развернутые комбинации (добавляем различные украшения: хлопки, подвороты, соскоки).
3. Дробные выстукивания - дробная «дорожка» (на 16-е).
4. Вращения:
  - через каблучки;
  - бегунец с прыжочками (поджатые ноги).
5. «Игра с платочком» (у девушек).

За полный курс обучения народному танцу обучающимися освоены наиболее распространенные рисунки танца, положения рук, ходы и движения, которые встречаются повсеместно. На следующем этапе обучения обучающиеся должны познакомиться с характерными особенностями танцев разных областей России, так как общие движения, рисунки, положения рук, ходы приобретают свою окраску, свой ритмический пульс в зависимости от географических, этнографических и музыкальных компонентов культуры данного края.

### **Областные особенности Русского народного танца**

#### ***Юг России (Курская область)***

Изучается танцевальная композиция «Тимоня».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерный рисунок танца.
2. Основные характерные движения рук (женские и мужские):
  - поворот кистей вправо-влево («игрушки»);
  - «муку сеять»;
  - «птички летят»;
  - перевод рук вперед-назад (мужское).
3. Основной ход – шаг в «три ножки».

#### ***Урал***

Изучается танцевальная композиция «Шестёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.
2. Основные положения рук, ног. Поклон.
3. Основные движения в танцах областей Урала:
  - уральский ход («молоточки одинарные и двойные»);
  - уральский бег;
  - стелющийся шаг;
  - шаркающий шаг;
  - приставной переменный шаг;
  - «моталочка»;

- сдвоенная дробь с притопом.

4. Мужские движения:

- «разножка» в сторону (прыжок присядка);
- присядка с «ковырялочкой» (и притопом).

***Запад России***

Изучается танцевальная композиция «Смоленский гусачок».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основное характерное движение рук.

3. Основной ход.

**Молдавский народный танец**

**«Хора». «Молдавеняска»**

1. Основные положения рук, ног, корпуса. Положение в парном танце.

2. Ходы:

- подскоки и бег (в сочетаниях);
- «дорожка»;
- шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы или в полуприседание с подбиванием другой ноги, подводящейся к икре сзади (jete в сторону с продвижением);
- шаг вперед или назад с подъемом на полупальцы и подниманием другой ноги;
- назад или вперед на  $35^{\circ}$  (женское движение), шаг в сторону с выведением другой ноги в перекрещенное положение на  $45^{\circ}$ .

3. Шаг-соскок с ребра каблука на всю стопу в полуприседание и броском согнутой ноги назад на  $45^{\circ}$  ( $90^{\circ}$ ).

4. «Ключ» (молдавский с прыжком с поджатыми ногами).

5. Вращения в паре.

**Польский народный танец**

1. Отбианэ (вперед).

2. «Голубец» в повороте.

3. Dos a dos на различных сочетаниях движений.

4. Резкие развороты в паре (с ударом ведущей ноги на сильную долю).

5. «Обертас» - характерное вращение с наклоном корпуса (на месте).

Дополнительно к движениям танца «Краковяк» можно взять основные ходы и движения других польских танцев, например, «Мазур» и «Ходзоны».

**Испанский народный танец**

**«Арагонская хота»**

1. Основные положения и позиции ног, рук и корпуса. Переводы рук.

2. Основной ход:

- высокий pas de basque с перескока по I свободной позиции (высокий);

- тройной бег.

3. Pas de basque по I прямой позиции с pique.

4. Pas balance:

- из стороны в сторону;

- вперед и назад.

5. «Ковырялочка».

6. Шаг в сторону с подскоком (на plie), подведение другой ноги к икре сзади.

7. Pas ballonne вперед, с последующим шагом и подведением другой ноги сзади.

8. Понта та кона – подскок с ударом другой ноги со свободной III позиции спереди с последующим отскоком в сторону (sissonne ouverte в сторону и тройным (pas de bourree) переступанием).

9. Tombe-coupe (из позы в позу) в IV свободной позиции.

10. Соскоки в V позиции с jete-passe в сторону на 90°.

11. Поворот на одной ноге (en dedans с замаха другой ногой (90°) в перекрещенном положении.

12. Dos a dos на различных движениях и связках.

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Хлопушки - усложнение техники хлопушек: комбинирование различных ударов, хлопушечных «ключей» с дробными выстукиваниями и продвижением во время исполнения.

2. Присядки:

- «ползунок» с выносом ноги на воздух вперед и в сторону;

- «разножка» на каблуки в стороны через полупальцы во II закрытой позиции;

- усложнение техники присядок и «закладки» в комбинации.

3. Прыжки:

- preparation к большим прыжкам;

- большой прыжок «разножка».

#### **Курс сценического танца**

Курс сценического танца изучается два последних года как дополнительный материал для особо способных учащихся. К изучению предлагается:

польский сценический танец («Мазурка»);

венгерский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Осваиваются простейшие элементы и движения. Вырабатываются первоначальные представления о характере, манере и стиле исполнения изучаемых движений.
2. Знакомство с музыкальным материалом.
3. Разучиваются несложные танцевальные связки, этюды (из 2-3-х движений).

### **Середина**

#### **Польский сценический танец «Мазурка»**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положение рук и ног.
3. Волнообразное движение руки.
4. Поклоны.
5. «Ключ» (одинарный, двойной).
6. «Заключение» (одинарное).
7. Pas balance.
8. Перебор (pas de bourree) по I прямой позиции с demi-plie.
9. Pas marche.
10. Pas gala (вперед).

#### **Венгерский сценический танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положение рук и ног.
3. «Ключ» (одинарный, двойной).
4. «Заключение» (одинарное).
5. Поклоны.
6. Pas balance с подъемом на полупальцы.
7. Developpe вперед:
  - с последующими шагами;
  - с шагом на полупальцы и подведение другой ноги в V открытую позицию сзади.
8. «Голубец» - прыжок с двойным ударом стоп по I прямой позиции.
9. Переборы (pas de bourree) по I прямой позиции на полупальцах с demi-plie.
10. «Веревочка» с проскальзыванием на полупальцах (на месте, с продвижением назад)

## **Шестой год обучения (9 класс)**

Шестой год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение учащихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в профессиональное образовательное учреждение.

Основные задачи и навыки:

1. Изменение структуры урока: основная часть работы – середина зала, у станка отработка трудных движений и закрепление навыков предыдущего года обучения.
2. Формирование артистического облика учащегося.
3. Совершенствование исполнительского мастерства.

### **Региональный танец (по выбору преподавателя)**

#### **Областные особенности Русского народного танца**

##### ***Средняя полоса России (Орловская область)***

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук в танцах Орловской области. Поклон.
3. Основные движения:
  - переменный ход с разворотом корпуса;
  - шаркающий шаг;
  - приставной шаг с ударом;
  - сдвоенная дробь;
  - дробь «подключая»;
  - тройной притоп (с акцентом).
4. Мужские движения:
  - хлопущка в ладоши спереди и сзади с боковыми ударами;
  - хлопущка по бедрам и в ладоши;
  - присядка-«разножка»;
  - шаг с каблука.

Изучается танцевальная композиция «Роза-белорозовая».

##### ***Север России (Архангельская область)***

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.
2. Основные положение рук, ног. Поклон с продвижением в сторону.
3. Работа с шаями.

#### 4. Основные движения:

- переменный шаг (шаг с носка на всю стопу);
- простой шаг;
- «припадание» по I прямой позиции;
- «отбой».

#### 5. Мужские движения:

- шаг с ударом по бедру;
- присядка с ударом по бедрам;
- сдвоенная дробь с переступанием «плетенкой»;
- шаг «елочкой» с двумя ударами.

Изучается танцевальная композиция «Северный хоровод с шаялями».

### ***Сибирь***

Изучается танцевальная композиция «Восьмёр»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

2. Основные положения рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

- сибирский ход (тройной переменный: с легким приседанием, с притопом);
- боковой приставной шаг;
- боковой дробный ход;
- «припляс» (pas de basque) и с переступанием;
- «веревочка» простая и с переступанием;
- сибирский ключ «отбой»;
- «припадание»;
- полька;
- галоп (вперед).

5. Мужские движения:

- простая присядка;
- присядка – «качалка»;
- «голубец» и притопом (подбивка).

### ***Краснодарский край (Кубань)***

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положение рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

- шаг на полупальцах;
- боковой ход (боковой ход «накрест»);
- шаг с каблука и подбивкой;

- шаг на полупальцах;
- приставной шаг на полупальцах с опусканием на всю стопу;
- кубанский ход с дробью;
- бег.

#### 4. Мужские движения:

- присядка с выносом ноги на каблук;
- кубанская гасма (гасма с rond);
- «голубцы»;
- pas de basque.

Изучается танцевальная композиция «Кубанская полька».

### **Курс сценического танца**

- Польский сценический танец «Мазурка».
- Венгерский сценический танец.
- Испанский сценический танец (на примере «Сегидильи»).
- Цыганский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях с использованием разнообразных ракурсов.
2. Изучение новых танцевальных элементов.
3. Первоначальные навыки парного танца на основе пройденных движений, изучение различных положений рук в парном танце.

### **Середина**

#### **Польский сценический танец «Мазурка»**

1. «Заключение» (двойное).
2. «Отбианэ» (вперед).
3. Cabriole - по полу, в прямом положении с продвижением в сторону.
4. Положение корпуса и рук в парном танце.
5. Dos a dos на различных движениях.
6. Подготовка к парному вращению (с акцентированным ударом всей стопой в пол спереди – колено присогнуть).
7. Вращение в паре en dedans.
8. Опускание на колено (мужское движение):
  - с шага;
  - с соскока.
9. Обвод девушки за руку (партнер стоит на выпаде или на колене).

#### **Венгерский сценический танец**

1. Положение корпуса и рук в парном танце.
2. Dos a dos на различных движениях.

3. Подготовка к парному вращению (с окончанием ударом всей стопой в пол в прямом положении вперёд на demi-plie).
4. Вращение в паре en dedans.
5. Developpe вперед:
  - с проскальзыванием на опорной ноге;
  - с подбиванием другой ногой сзади по V открытой позиции.
6. «Веревочка» с поворотом.
7. Опускание на колено с шага и с прыжка на одну ногу вперед.
8. Cabriole - по полу, в прямом положении подряд с продвижением в сторону.

### **Испанский сценический танец**

(на примере танца «Сегидилья»)

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положение ног и рук.
3. Port de bras (переводы рук в различные позиции и положения).
4. Ход – удлиненные шаги в прямом положении вперед на demi-plie.
5. Zapateado – выстукивания:
  - поочередные, подушечками стоп и каблуками по I прямой позиции;
  - удар стопой с двумя последующими поочередными ударами каблуков.
6. Соскоки в I прямую позицию на всю стопу в demi-plie.
7. Шаг по диагонали вперед или назад, с одним или двумя ударами подушечкой стопы по V свободной позиции, сзади или спереди.
8. Sissonne ouverte в сторону на 45°.
9. Pas de basque.
10. Pas balance.

### **Цыганский сценический танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положение рук, ног.  
Движения рук:
  - круговые переводы рук от плеча;
  - взмахи от плеча и локтя;
  - переводы рук «восьмеркой».
 Движение кисти: взмахи, мелкие от запястья, повороты внутрь и наружу.
3. Переступания на полупальцах (характерная пружинка).
4. Ходы:



- простые шаги с носка;
- скользящие шаги на полупальцах;
- переменный ход с остановкой на третьем шаге и *piques* согнутой сзади ногой (вперед и назад);
- шаг на II закрытую позицию («винт») и окончанием в *plié* в V позиции.

#### 5. Чечетка:

- простая;
- с переступанием;
- с соскоком на II позицию;
- боковая от себя (*flic*) – с движением в сторону за работающей ногой.

#### 6. Прыжок в «кольцо» (женское и мужское).

7. «Хлопушки» (мужское): в несложных связках удары в ладоши, по груди, по бедру, по голенищу, по каблуку, по полу.

### **Срок обучения 5 (6) лет**

#### ***Распределение материала по годам обучения.***

I год обучения - 2 класс (второй год обучения классическому танцу)

II год обучения - 3 класс ( третий год обучения классическому танцу)

III год обучения - 4 класс (четвертый год обучения классическому танцу)

IV год обучения - 5 класс (пятый год обучения классическому танцу)

V год обучения - 6 класс (шестой год обучения классическому танцу)

Помимо основного материала по народному танцу предлагается дополнительный материал – сценический танец (8 и 9 классы), а также «Региональный танец» (для хореографических школ ДШИ республик и автономных округов в составе России).

Русский народный танец изучается на протяжении всех лет обучения. В 5 и 6 классах изучается русский танец с областными особенностями.

Приступая к изучению танца той или иной народности, необходимо ознакомить учащихся с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.

#### ***Первый год обучения (2 класс)***

1. Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).

2. Русский народный танец.

3. Белорусский народный танец.

4. Украинский (Западная Украина) народный танец.

5. Украинский (Центральная Украина) народный танец.
6. Танец народов Прибалтики.
7. Итальянский танец «Тарантелла».

#### ***Второй год обучения (3 класс)***

1. Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Украинский (Центральная Украина) народный танец.
4. Итальянский танец «Тарантелла».
5. Венгерский народный танец.

#### ***Третий год обучения (4 класс)***

1. Региональный танец (для республик и автономных округов и республик в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Молдавский народный танец.
4. Венгерский народный танец.
5. Польский народный танец.

#### ***Четвертый год обучения (5 класс)***

1. Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
  2. Русский народный танец.
  3. Молдавский народный танец.
  4. Польский народный танец.
  5. Испанский народный танец «Арагонская хота»
- Курс сценического танца.

1. Польский сценический танец «Мазурка»
2. Венгерский сценический танец.

#### ***Пятый год обучения (6 класс)***

1. Региональный танец (для республик и автономных округов и республик в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Польский сценический танец «Мазурка».
4. Венгерский сценический танец
5. Испанский сценический танец.
6. Цыганский сценический танец.

#### ***Первый год обучения (2 класс)***

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Осваиваются простейшие элементы и движения народного танца у

станка и на середине зала.

2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.

3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений:

- постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»;

- позиции ног:

- 5 свободных;

- 5 прямых;

- 2 закрытых;

- позиции и положения рук:

- подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса);

- 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце);

- 4 позиция (руки на талии).

Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

### **Движение у станка**

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения материала – за одну руку.

1. Plie по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции.

2. Battement tendu из V позиции «носок-каблук».

3. Battement tendu jete с pour le pied.

4. Подготовка к «веревочке» - скольжение работающей ноги по опорной.

5. Подготовка к «каблучному»:

- маленькое «каблучное».

6. Flic- flac из V позиции во всех направлениях.

7. Перегибы корпуса в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе.

8. Releve lent на 90° с сокращением стопы.

9. Grand battement jete, в соответствии с изучением на уроке классического танца.

### **Середина**

**Региональный танец (по выбору преподавателя)**

#### **Русский народный танец**

Освоение Русского народного танца происходит в течение всего периода обучения. Русский народный танец должен быть представлен достаточно широко, так как его развитие тесно связано с историей нашего народа, с его бытом и обычаями.

1.Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позицию); два положения кисти на талии:

- ладонь;
- кулачок.

Простые переводы рук из позиции в позицию.

2. Поясной и земной русский поклон.

3. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie.

4. «Ковырялочка» из III свободной позиции:

- в сторону;
- назад (в повороте на  $180^{\circ}$ ).

5. «Припадание» в сторону из III свободной позиции.

6. Подскоки.

7. Русский бег.

8. «Перескоки».

9. «Молоточки».

10. Шаги:

- простой русский ход с носка в продвижении вперед и назад;
- переменный ход в продвижении вперед и назад;
- со скользящим ударом;
- с подбивкой на каблук.

11. «Веровочка»:

- простая;
- двойная;
- с переступанием.

12. «Маятник».

13. «Моталочка» по прямой позиции.

14. «Переборы» подушечками стоп.

15. Притопы:

- одинарные;
- двойные;
- тройные.

16. Перетопы с противоходом.

17. Хлопушки в парах.

18. Вращения:

- полный поворот на двух подскоках;
- «припаданием» на месте.

### **Белорусский народный танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения рук.

Позиции ног. Основные положения в паре.

3. Предлагается изучение танцев: «Бульба», «Крыжачок» и танцев в характере польки (полька «Янка», белорусских полек «Крутуха» и «Трясуха»):

- основной ход танца «Бульба»;
- основной ход танца «Крыжачок»;
- основной ход польки («Янка» «Крутуха», «Трясуха»);
- притопы;
- «перескоки»;
- «припадание» с акцентом у колена опорной ноги;
- галоп;
- вращения на месте и в продвижении (на основе движений танцев «Крутуха» и «Трясуха»).

### **Танцы народов Прибалтики**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения рук.

Позиции ног. Основные положения в паре, тройках.

3. Основные движения:

- соскоки;
- галоп и их различные состояния; прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами.

### **Украинский народный танец**

1. Изучение движений Закарпатских танцев. Знакомство с музыкальным материалом.

2. Основные положения рук и ног. Положения в паре.

3. Основные движения:

- основной ход;
- приставной шаг из стороны в сторону;
- «тропитка»;
- dos a dos на различных движениях.

4. Изучение движений танцев Центральной Украины. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

5. Основные положения рук.

Изучается I положение (руки раскрыты в сторону между подготовительным положением и 2-й позицией)

II положение (руки раскрыты в сторону между 3-й и 2-й позицией)

6. «Веревочка».

7. Двойной и тройной притопы, притоп с jete вперёд и наклоном корпуса вперед.

8. «Голубцы» одинарные в сторону с притопом.

9. «Закрытое припадание».

10. «Переменный шаг».

### **Итальянский танец «Тарантелла»**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения ног.

3. Основные положения рук. Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).

Движения рук с тамбурином.

4. Battements tendu jete вперед:

- с шага и ударом носком по полу (pique) – с продвижением вперед, назад;

- удар носком по полу (pique) с подскоком – на месте, с продвижением назад;

- поочередные удары носком и ребром каблука по полу с подскоками – на месте, с продвижением назад.

5. Jete-pique (на месте и с отходом назад на plie).

6. Jete «носок-каблук» поочередно (с подскоком).

7. Соскоки на полупальцы в V позиции на plie (и на месте и в повороте).

8. Pas echarpe (соскоки на II позицию).

9. Бег – pas emboite – на месте, с продвижением вперед.

10. Основной ход с pas ballone (с фиксацией на sou-de-pied).

11. Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом:

- на полупальцах по V позиции;

- на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по V свободной позиции.

12. Pas de basque (тройные перескоки по V прямой позиции с согнутыми вперёд коленями на 90° (на месте и в продвижении вперед, назад, с поворотом).

13. Проскальзывание назад на одной ноге на demi - plie с выведением другой ноги вперед на носок (на месте, с продвижением назад).

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Одинарные фиксирующие и скользящие хлопки и удары:

- в ладоши;

- по бедру;
- по голенищу сапога.

## 2. Присядки:

- подготовка к присядке.
- «мячик» по I прямой и I свободной позициям
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол (на месте)
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на воздух вперед и в сторону (на месте);
- «разножка» в сторону на ребро каблука (у палки).

## 3. Прыжки:

- малые и большие подскоки с двух ног на две (с вытянутыми ногами и с согнутыми в коленях ногами);
- подскок с согнутыми назад ногами и одновременным ударом ладонями по голенищам.

## 4. Хлопушки: одинарные фиксирующие и скользящие удары:

- в ладоши;
- по бедру;
- по голенищу сапога.

## 5. Присядки:

- подготовка к присядке;
- «мячик» по I прямой и I свободной позициям;
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол на месте;
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на воздух вперед и в сторону на месте;
- «разножка» в сторону на ребро каблука (у палки).

### **Украинский народный танец «Коломийка»**

1. «Присядка-винт» по I прямой позиции с вырастанием на каблочки двух ног (противоход – бедра).
2. Прыжок «разножка» (в воздухе широкая II позиция).

### **Белорусский народный танец**

1. Присядка «мячик» по I прямой позиции с продвижением из стороны в сторону.
2. Полуприсядка по I прямой позиции с выведением согнутой ноги вперед в пол и на  $35^{\circ}$ .

## Второй год обучения (3 класс)

### **Основные задачи и навыки:**

1. Изучаются все движения у станка.
2. Развитие элементарных навыков танцевальной координации движений.
3. Все движения и комбинации движений начинаются с открывания рук (I-II позиции, т.е preparation). Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).  
Со II полугодия постепенно соединяются движения ног с переводом рук.
4. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды (1-2) из 2-3-х ранее пройденных движений (формирование навыков партнерства).

### Движения у станка

1. Plie – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп.
2. Battements tendu – «носок - каблук» с окончанием в plie (каблук).
3. Battements tendu jete pour-le-pied в сочетании с притопами.
4. Подготовка к «веревочке» - разворот бедра в закрытое - открытое положение.
5. «Каблучное» - маленькое с 2-м ударом.
6. Опускание на колено – у каблука опорной ноги (с поворотом к палке).
7. Rond de jambe par terre – подготовка (rond de pied).
8. Battement fondu на всей стопе на 45<sup>0</sup> в сторону.
9. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на полупальцах.
10. Pas tortille – из положения pointe в сторону.
11. Flic-flac – из V позиции в V позицию во всех направлениях с ударом подушечкой стопы и сокращенной стопой на sou-de-pied.
12. Releve lent и battement derellope – с сокращением стопы с окончанием в demi-plie на каблук.
13. Grand battement jete – во всех направлениях из V позиции с окончанием в demi-plie на каблук.

### Середина

#### **Региональный танец (по выбору преподавателя)**

### **Русский народный танец**

Усложняются сочетания ранее пройденных элементов:

1. Боковая «моталочка».



## 2. «Веревочка»:

- с «косичкой»;
- с «косыночкой»;
- с «ковырялочкой»;
- синкопированная;
- в повороте (по точкам).

## 3. Дробные выстукивания с продвижением.

## 4. Вращения:

- русский бег в повороте;
- через sou-de-pied с выносом ноги на каблук в стороны (на 45°-90°).

Для девочек – работа с платочком: основные положения рук с платочком и переводы из позиции в позицию.

### **Украинский народный танец**

1. Положения в парах, тройках.
2. Ходы хороводные: сочетания простых и переменных шагов, на полупальцы с выносом ноги на каблучок.
3. Pas de basque:
  - на трех переступаниях;
  - на 45° вперед.
4. «Бигунец».
5. «Поход-вильный» - стелящиеся прыжки вперед в длину.
6. «Дорижка плетена» («припадание» - шаги в сторону с последующими поочередными переступаниями в перекрещенное положение спереди и сзади).
7. «Выхияльник» с «угинанием» («ковырялочка» с наклоном головы (корпуса) вперед).
8. «Веревочка» в повороте.
9. «Подбивка» из стороны в сторону.
10. «Голубцы»:
  - подряд в движении из стороны в сторону;
  - с продвижением в сторону с поворотом на полкруга.
11. Подготовка к вращению и вращение на месте «обертас».

### **Итальянский танец «Тарантелла»**

1. Основной ход с pas ballonne с последующим открыванием ноги вперед.
2. Pas balance.
3. Jete на носок с demi rond.
4. «Веер» и «веер» в повороте (разучивается у станка).

5. Шаг-подскок (одна нога поднимается в attitude вперед).
6. Соскоки на II позицию с переходом на одну ногу, другая нога в attitude вперед. Так же с вращением в этом положении вокруг себя.
7. Поочерёдные выбрасывания ног вперед в attitude и с разворотом на 180° (через резкий наклон корпуса вперед и с остановкой с открытой ногой в attitude вперед).
8. Dos a dos на различных движениях.
9. Скольжение в позе arabesque (вперед, назад, вращение вокруг себя).

### **Венгерский народный танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук:
  - на талии внутреннем ребром ладони;
  - «наматывание» - кисть вокруг другой кисти перед грудью (руки согнуты в локтях).
3. Ходы «чардаш» и ход «с каблука».
4. Соскоки на I и II прямые позиции с хлопками перед грудью.
5. «Ключ» со II закрытой позиции.
6. Перескоки мягкие с ноги на ногу с «переступанием» в I прямой позиции и «в крест» назад за опорную ногу.
7. «Отскоки» назад на одной ноге (другая нога выбивается вперед на 45°).
8. Подскок на одной ноге и с двойным ударом каблука другой ноги, вынесенной вперед на 30°.

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Двойные (сдвоенные хлопки и удары):
  - хлопок и удар по бедру;
  - два удара по бедру;
  - хлопок и удар по голенищу сапога;
  - два удара по голенищу сапога.
2. Присядки:
  - «мячик» по I свободной позиции в продвижении и в повороте;
  - полуприсядка с выносом ноги в сторону и вперёд на воздух с продвижением;
  - «разножка» вперед-назад и с поворотом корпуса «противоход»;
  - «гусиный шаг».
3. Пряжки с обеих ног с одновременным сгибанием одной ноги вперед в свободном положении и удар ладонью по подошве сапога.

## Украинский народный танец

1. Основной ход танца «Ползунец» (полный присед - скользящие с каблука длинные шаги)
2. Полное приседание с последующим отскоком в сторону в полуприседание и открывание другой ноги в сторону на  $45^{\circ}$ .

### Третий год обучения (4 класс)

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях.
2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса. Темпы движений остаются умеренными.
3. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.
4. Формируются навыки выразительного исполнения движений.
5. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью. У девочек левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

#### **Движение у станка**

1. Plie - добавляется резкое demi-plie.
2. Battement tendu:
  - с работой опорной пятки;
  - «веер» по точкам.
3. Battement tendu jete - с работой опорной пятки.
4. Подготовка к «веревочке» - разнообразные сочетания переноса ноги и поворотов бедра. вносится ритмическое разнообразие в движения.
5. «Каблучное» - маленькое во всех направлениях:
  - duple;
  - с demi-rond;
  - большое каблучное.
6. «Качалочка».
7. Rond de jambe par terre:
  - с выведением на носок и каблук.
8. Battement fondu:
  - вперед-назад с demi rond.
9. Перегибы корпуса:
  - лицом к станку с plie на полупальцах;
  - одной рукой за палку в I прямой позиции (полупальцы).
10. «Штопор».
11. Flic-flac:
  - с подскоком на опорной ноге;

- с переходом на рабочую ногу.

12. *Battement developpe* на *demi-plie* с последующим одинарным ударом опорной пятки.

13. *Grand battement jete* с «ножницами» с окончанием на *plie* на каблук.

### Середина

#### **Региональный танец (по выбору преподавателя)**

#### **Русский народный танец**

1. Шаги и «припадания» собираются в связки, добавляются подвороты, *flic* и другие связующие движения.

2. Игра с платочком у девушек.

3. «Веревоочка»:

- с открыванием ноги на каблук;
- с перекатами через каблучок;
- с полным поворотом на полупальцах.

4. Боковая «моталочка».

5. Как хорошее дополнение и развитие уже выученных движений предлагается собрать этюдную работу на основе танца «Полянка».

#### **Молдавский народный танец**

Изучение может быть на основе любого танца по усмотрению преподавателя, например «Жаворонок»:

- быстрые переступания по I прямой и III свободной позиции (на месте и в продвижении в сторону, в повороте);

- *jete* с подскока на опорной ноге (с акцентом к себе);

- тройные переборы ногами;

- *tombe* вперед с наклоном корпуса;

- переборы с выносом ноги на каблучок;

- синкопированные подскоки и соскоки на одну и две ноги.

Разнообразие движений и связок движений зависит от задач преподавателя.

#### **Венгерский народный танец**

1. Движение рук: круговые поочередные непрерывные движения внутри согнутых перед собой рук ладонями вперед одной рукой (мужское движение).

2. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»). Ходы «Чардаш» в паре.

3. «Боказо» («ключ»):

- жесткий (отскок с акцентированной приставкой в I прямую

- позицию одинарные и двойные (через паузу);
- мягкий (согнутой ногой в сторону с подъемом на полупальцы).
4. «Люлька» (с движением рук).
  5. Резкие тройные полуповороты бедер и ног по V свободной позиции и соскоком на одну ногу в полуприседание.
  6. «Цифро» («веревочка» с подъемом на полупальцы (с акцентированным окончанием и подряд).
  7. Вращения в паре и подвороты в паре.

### **Польский народный танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Изучаем на примере танца «Краковяк».
2. Положения ног и рук. Основные положения в паре.
3. Притопы:
  - одинарные;
  - двойные (перескок с последующим притопом).
4. «Ключ» одинарный и двойной.
5. Ходы:
  - подскоки и бег;
  - шаг с последующим броском (jete) ноги вперед и соскоком в полуприседание на две ноги в I прямую позиции.
6. «Цвал» (галоп).
7. «Голубец» одинарный и двойной с притопом.
8. Pas balance.
9. «Кшесанэ» с притопом.
10. Pas de basque.

### **Материал для класса мальчиков**

#### **Русский народный танец**

1. Тройные (строенные хлопки и удары):
  - скользящий хлопок и два удара по бедру;
  - скользящий хлопок и два удара по голенищам сапог;
  - скользящий хлопок и два удара по голенищу сапога;
  - фиксирующий хлопок и два удара.
2. «Присядки»:
  - «разножка» вперед-назад с поворотом на 180°;
  - «закладка».
3. Прыжки с поджатыми ногами и с ударом по голенищу сапога.

#### **Украинский народный танец**

1. «Тынок» на месте и с поворотом (прыжок).
2. «Ползунок» вперед и в сторону.

3. Револютад (разучивается у станка).
4. Большой «голубец» (разучивается у станка).

### **Венгерский народный танец**

1. «Лего боказо» - прыжок с разведением ног в стороны и ударом внутренними ребрами сапог по I прямой позиции.
2. Хлопушки фиксирующие и скользящие:
  - в ладоши;
  - по бедру;
  - по голенищу;
  - по каблук (простые сочетания ударов).

### **Четвертый год обучения (5 класс)**

Основные задачи и навыки:

1. Освоение более сложных танцевальных комбинаций с широким использованием ракурсов.
2. Развитие силы и выносливости учащихся.
3. Работа над выразительностью исполнения и выявление творческой индивидуальности учащихся.
4. Активное формирование навыков ансамблевого исполнения.
5. Формирование бережного отношения к хореографическому наследию в связи с началом изучения сценического танца и областных особенностей Русского танца.

### **Движение у станка**

1. Plie - в прямых позициях и полупальцах:
  - «винт» в 1 прямой позиции (с двумя разворотами бедер).
2. Battement tendu - из выворотного в прямое положение в сторону II позиции.
3. Battement tendu - на demi- plie:
  - с piques на plie с опорной пятки во всех направлениях;
  - balensuare на plie с опорной пятки.
4. Подготовка к «веревочке» - пройденные ранее движения исполняются на полупальцах.
5. «Каблучное»:
  - «большое» duple;
  - «большое» с demi-rond.
6. Rond de jambe parter – «восьмерка» с остановкой и без остановки в сторону.
7. Battement fondu - на полупальцах.

## 8. Перегибы корпуса:

- одной рукой за палку в I и IV прямых позициях на двух ногах и одной ноге;

- в сторону (лицом к палке).

## 9. Pas tortie с приёма jete в сторону.

10. Battement developpe - резкое двойным ударом опорной пятки («венгерское»).

## 11. Flic- flac - с переступанием.

12. Grand battement jete - с переходом на рабочую ногу и ударом подушечкой опорной ноги.

## Середина

### **Региональный танец (по выбору преподавателей)**

#### **Русский народный танец**

#### 1. Ход кадрильный (с каблучка).

2. «Веребочка» - собираем в развернутые комбинации (добавляем различные украшения: хлопки, подвороты, соскоки).

#### 3. Дробные выстукивания - дробная «дорожка» (на 16-е).

#### 4. Вращения:

- через каблучки;

- бегунец с прыжочками (поджатые ноги).

#### 5. «Игра с платочком» (у девушек).

За полный курс обучения народному танцу учащимися освоены наиболее распространенные рисунки танца, положения рук, ходы и движения, которые встречаются повсеместно. На следующем этапе обучения учащиеся должны познакомиться с характерными особенностями танцев разных областей России, так как общие движения, рисунки, положения рук, ходы приобретают свою окраску, свой ритмический пульс в зависимости от географических, этнографических и музыкальных компонентов культуры данного края.

Составители программы с уважением относятся к знаниям и творческому багажу преподавателей, работающих по всей России. Учащиеся должны познакомиться с танцами, дающими наиболее яркое представление о многообразии русской танцевальной культуры. Многие из них по праву входят в сокровищницу не только российского, но и мирового танцевального искусства.

### **Областные особенности Русского народного танца**

#### ***Юг России (Курская область)***

Изучается танцевальная композиция «Тимоня».

#### 1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера

исполнения. Характерный рисунок танца.

2. Основные характерные движения рук (женские и мужские)
  - поворот кистей вправо-влево («игрушки»)
  - «муку сеять»
  - «птички летят»
  - перевод рук вперед-назад (мужское)
3. Основной ход – шаг в «три ножки»

### ***Урал***

Изучается танцевальная композиция «Шестёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.
2. Основные положения рук, ног. Поклон.
3. Основные движения в танцах областей Урала:
  - уральский ход («молоточки одинарные и двойные»);
  - уральский бег;
  - стелющийся шаг;
  - шаркающий шаг;
  - приставной переменный шаг;
  - «моталочка»;
  - сдвоенная дробь с притопом.
5. Мужские движения:
  - «разножка» в сторону (прыжок присядка);
  - присядка с «ковырялочкой» (и притопом).

### ***Запад России***

Изучается танцевальная композиция «Смоленский гусачок».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основное характерное движение рук.
3. Основной ход.

### **Молдавский народный танец**

«Хора». «Молдавеняска»

1. Основные положения рук, ног, корпуса. Положение в парном танце.
2. Ходы:
  - подскоки и бег (в сочетаниях);
  - «дорожка»;
  - шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы или в полуприседание с подбиванием другой ноги, подводящейся к икре сзади (jete в сторону с продвижением);
  - шаг вперед или назад с подъемом на полупальцы и



подниманием другой ноги;

- назад или вперед на  $35^{\circ}$  (женское движение); шаг в сторону с выведением другой ноги в перекрещенное положение на  $45^{\circ}$ .

3. Шаг-соскок с ребра каблука на всю стопу в полуприседание и броском согнутой ноги назад на  $45^{\circ}$  ( $90^{\circ}$ ).

4. «Ключ» (молдавский с прыжком с поджатыми ногами).

5. Вращения в паре.

### **Польский народный танец**

1. Отбианэ (вперед).

2. «Голубец» в повороте.

3. Dos a dos на различных сочетаниях движений.

4. Резкие развороты в паре (с ударом ведущей ноги на сильную долю).

5. «Обертас» - характерное вращение с наклоном корпуса (на месте).

Дополнительно к движениям танца «Краковяк» можно взять основные ходы и движения других польских танцев, например «Мазур» и «Ходзоны».

### **Испанский народный танец**

#### **«Арагонская хота»**

1. Основные положения и позиции ног, рук и корпуса. Переводы рук.

2. Основной ход:

- высокий pas de basque с перескока по I свободной позиции (высокий);

- тройной бег.

3. Pas de basque по I прямой позиции с pique.

4. Pas balance:

- из стороны в сторону.

- вперед и назад.

5. «Ковырялочка».

6. Шаг в сторону с подскоком (на plie), подведение другой ноги к икре сзади.

7. Pas ballonне вперед с последующим шагом и подведением другой ноги сзади.

8. Понта та кона – подскок с ударом другой ноги с свободной III позиции спереди с последующим отскоком в сторону (sissonne ouverte в сторону и тройным (pas de bourree) переступанием).

9. Tombe-соуре (из позы в позу) в IV свободной позиции.

10. Соскоки в V позиции с jete-passe в сторону на  $90^{\circ}$ .

11. Поворот на одной ноге (en dedans с замаха другой ногой ( $90^{\circ}$ ) в перекрещенном положении.

12. Dos a dos на различных движениях и связках.

## **Материал для класса мальчиков**

### **Русский народный танец**

#### 1. Удары комбинированные:

- хлопучечный «ключ»;
- удары по подошве сапога и об пол.

#### 2. Присядки:

- присядка в соединении с ударом по голенищу сапога ладонью;
- «качалочка»;
- «закладка» в продвижении в сторону;
- «закладка» в сочетании с «качалочкой».

#### 3. Прыжки:

- «стульчик».

### **Венгерский народный танец.**

По желанию преподавателя и возможностям учеников могут быть изучены основные ходы и движения мужского танца «Пантозоо».

В урок включаются комбинированные хлопучки Венгерского народного танца.

### **Курс сценического танца**

Курс сценического танца изучается два последних года как дополнительный материал для особо способных учащихся. К изучению предлагается:

- Польский сценический танец «Мазурка»;
- Венгерский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Осваиваются простейшие элементы и движения. Вырабатываются первоначальные представления о характере, манере и стиле исполнения изучаемых движений.

2. Знакомство с музыкальным материалом.

3. Разучиваются несложные танцевальные связки, этюды (из 2-3 движений).

### **Середина**

#### **Польский сценический танец «Мазурка»**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Положение рук и ног.

3. Волнообразное движение руки.

4. Поклоны.

5. «Ключ» (одинарный, двойной).

6. «Заключение» (одинарное).
7. Pas balance.
8. Перебор (pas de bourree) по I прямой позиции с demi-plie.
9. Pas marche.
10. Pas gala (вперед).

### **Венгерский сценический танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положение рук и ног.
3. «Ключ» (одинарный, двойной).
4. «Заключение» (одинарное).
5. Поклоны.
6. Pas balance с подъемом на полупальцы.
7. Developpe вперед:
  - с последующими шагами;
  - с шагом на полупальцы и подведение другой ноги в V открытую позицию сзади.
8. «Голубец» - прыжок с двойным ударом стоп по I прямой позиции.
9. Переборы (pas de bourree) по I прямой позиции на полупальцах с demi-plie.
10. «Веревочка» с проскальзыванием на полупальцах (на месте, с продвижением назад).

### **Пятый год обучения (6 класс)**

Пятый год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение учащихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в профессиональное образовательное учреждение.

Основные задачи и навыки:

1. Изменение структуры урока: основная часть работы – середина зала, у станка отработка трудных движений и закрепление навыков предыдущего года обучения.
2. Освоение сложных танцевальных комбинаций, этюдов.
3. Формирование навыков осознанного освоения элементов народного танца.
4. Формирование артистического облика учащегося.
5. Совершенствование исполнительского мастерства.

### **Движение у станка**

1. Plie - сочетания выворотных и прямых позиций, резких и мягких plie.
2. Battement tendu:
  - с переходом с опорной ноги на рабочую;
  - с увеличенным количеством переводов стопы «носок-каблук».
3. Tendu jete - с balensuare через проскальзывание опорной ноги.
4. «Каблучное» - с «большой ковырялочкой» (на 90°).
5. Rond de jambe parter:
  - «восьмерка» (без остановки в сторону на вытянутой опорной ноге и plie);
  - с rond de pied опорной ноги.
6. Battement fondu на 90° .
7. Flic- flac:
  - с одновременным пружинящим подъёмом на полупальцы;
  - double flic.
8. Battement developpe – резкие с двойным ударом опорной пятки в момент открывания ноги.
9. Grand battement jete:
  - с двойным ударом подушечкой опорной ноги;
  - с balensuare на 90°.

### **Середина**

#### **Региональный танец (по выбору преподавателя)**

---

### **Областные особенности Русского народного танца**

#### ***Средняя полоса России (Орловская область)***

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук в танцах Орловской области. Поклон.
3. Основные движения:
  - переменный ход с разворотом корпуса;
  - шаркающий шаг;
  - приставной шаг с ударом;
  - сдвоенная дробь;
  - дробь «подключая»;
  - тройной притоп (с акцентом).
4. Мужские движения:
  - хлопущка в ладоши спереди и сзади с боковыми ударами;

- хлопушка по бедрам и в ладоши;
- присядка-«разножка»;
- шаг с каблука.

Изучается танцевальная композиция «Роза-белорозовая».

### ***Север России (Архангельская область)***

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.
2. Основные положение рук, ног. Поклон с продвижением в сторону.
3. Работа с шаялями.
4. Основные движения:
  - переменный шаг (шаг с носка на всю стопу);
  - простой шаг;
  - «припадание» по I прямой позиции;
  - «отбой».
5. Мужские движения:
  - шаг с ударом по бедру;
  - присядка с ударом по бедрам;
  - сдвоенная дробь с переступанием «плетенкой»;
  - шаг «елочкой» с двумя ударами.

Изучается танцевальная композиция «Северный хоровод с шаялями».

### ***Сибирь***

Изучается танцевальная композиция «Восьмёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.
2. Основные положение рук, ног. Поклон.
3. Основные движения:
  - сибирский ход (тройной переменный; с лёгким приседанием; с притопом);
    - боковой приставной шаг;
    - боковой дробный ход;
    - «припляс» (pas de basque) и с переступанием;
    - «веревочка» простая и с переступанием;
    - сибирский ключ «отбой»;
    - «припадание»;
    - полька;
    - галоп (вперед).
4. Мужские движения:
  - простая присядка;
  - присядка – «качалка»;

- «голубец» и притопом (подбивка).

### ***Краснодарский край (Кубань)***

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

- шаг на полупальцах;
- боковой ход (боковой ход «накрест»);
- шаг с каблука и подбивкой;
- шаг на полупальцах;
- приставной шаг на полупальцах с опусканием на всю стопу;
- Кубанский ход с дробью;
- бег.

4. Мужские движения:

- присядка с выносом ноги на каблук;
- Кубанская гасма (гасма с rond);
- «голубцы»;
- pas de basque.

Изучается танцевальная композиция «Кубанская полька».

### **Курс сценического танца**

Польский сценический танец «Мазурка».

Венгерский сценический танец.

Испанский сценический танец (на примере «Сегидильи»).

Цыганский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях с использованием разнообразных ракурсов.

2. Изучение новых танцевальных элементов.

3. Первоначальные навыки парного танца на основе пройденных движений, изучение различных положений рук в парном танце.

### **Середина**

#### **Польский сценический танец «Мазурка»**

1. «Заклучение» (двойное).

2. «Отбианэ» (вперед).

3. Cabriole - по полу, в прямом положении с продвижением в сторону.

4. Положение корпуса и рук в парном танце.

5. Dos a dos на различных движениях.

6. Подготовка к парному вращению (с акцентированным ударом всей стопой в пол спереди – колено присогнуть).

7. Вращение в паре en dedans.
8. Опускание на колено (мужское движение):
  - с шага;
  - с соскока.
9. Обвод девушки за руку (партнер стоит на выпаде или на колене).

### **Венгерский сценический танец**

1. Положение корпуса и рук в парном танце.
2. Dos a dos на различных движениях.
3. Подготовка к парному вращению (с окончанием ударом всей стопой в пол в прямом положении вперед на demi-plie).
4. Вращение в паре en dedans.
5. Developpe вперед:
  - с проскальзыванием на опорной ноге;
  - с подбиванием другой ногой сзади по V открытой позиции.
6. «Веревочка» с поворотом.
7. Опускание на колено с шага и с прыжка на одну ногу вперед.
8. Cabriole - по полу, в прямом положении подряд с продвижением в сторону.

### **Испанский сценический танец**

(на примере танца «Сегидилья»)

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положение ног и рук.
3. Port de bras (переводы рук в различные позиции и положения).
4. Ход – удлиненные шаги в прямом положении вперед на demi-plie.
5. Zarateado – выстукивания:
  - поочередные, подушечками стоп и каблуками по I прямой позиции;
  - удар стопой с двумя последующими поочередными ударами каблуков.
6. Соскоки - в I прямую позицию на всю стопу в demi-plie.
7. Шаг по диагонали вперед или назад, с одним или двумя ударами подушечкой.
8. Стопы по V свободной позиции, сзади или спереди.
9. Sissonne ouverte в сторону на 45°.
10. Pas de basque.
11. Pas balance.

### **Цыганский сценический танец**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

2. Основные положения рук, ног.
3. Движения рук:
  - круговые переводы рук от плеча;
  - взмахи от плеча и локтя;
  - переводы рук «восьмеркой».
4. Движение кисти: взмахи, мелкие от запястья, повороты внутрь и наружу.
5. Переступания на полупальцах (характерная пружинка).
6. Ходы:
  - простые шаги с носка;
  - скользящие шаги на полупальцах;
  - переменных ход с остановкой на третьем шаге и *riques* согнутой сзади ногой (вперед и назад);
  - шаг на II закрытую позицию («винт») и окончанием в *plié* в V позиции.
7. Чечётка:
  - простая;
  - с переступанием;
  - с соскоком на II позицию;
  - боковая от себя (*flic*) – с движением в сторону за работающей ногой.
8. Прыжок в «кольцо» (женское и мужское).
9. «Хлопушки» (мужское): в несложных связках удары в ладоши, по груди, по бедру, по голенищу, по каблуку, по полу.

### Материал для класса мальчиков

#### **Русский народный танец**

1. Хлопушки - усложнение техники хлопушек: комбинирование различных ударов, хлопушечных «ключей» с дробными выстукиваниями и продвижением во время исполнения.
2. Присядки:
  - «ползунок» с выносом ноги на воздух вперед и в сторону;
  - «разножка» на каблуки в стороны через полупальцы во II закрытой позиции;
  - усложнение техники присядок и «закладки» в комбинации.
3. Прыжки:
  - препрасьон к большим прыжкам;
  - большой прыжок «разножка».

#### **По окончании обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в



соответствии с программными требованиями;

- предельно достоверно и образно передавать национальный характер русского, польского, румынского, цыганского, восточного танцев, используя артистические и эмоциональные приемы и навыки в парных танцах, сольных партиях, в массовых (построенных на рисунках) этюдах;

- используя технически сложные движения народно - сценического танца, не теряя артистического исполнения, достоверно и грамотно передавать национальный колорит изучаемого хореографического материала;

- учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

### **III. 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.

#### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

##### ***Аттестация: цели, виды, форма, содержание***

Оценка качества реализации программы «Народно-сценический танец» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

##### ***Критерии оценок***

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы и средства контроля, позволяющие оценить

приобретенные знания, умения и навыки.

### ***Критерии оценки качества исполнения***

По итогам исполнения программы на контрольном уроке и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков
4 («хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области хореографического искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### ***Методические рекомендации педагогическим работникам***

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к

сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.
2. Экзерсис на середине класса.

1. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира.

Преподавание народно-сценического танца заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники народно-сценического танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

## VI. Список рекомендуемой учебной литературы

### *Основная литература*

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - 2004
3. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. - М., 1976
4. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981
5. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
6. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974

### *Дополнительная литература*

1. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002
2. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: СГУ,1992
4. Гербек Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
5. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Ферменянц Е., Народно-сценический танец, ч.1. М., 1976.
6. Королева Э. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
7. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев,1967
8. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
9. Лопухов А., Ширяев А, Бочаров А. Основы характерного танца, Л.-М., 1939
10. Мальми В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск, 1977
11. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
12. Надеждина Н. Русские танцы М., 1950
13. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
14. Стуколкина И. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972
15. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974
16. Устинова Т. Русские народные танцы. М., 1950
16. Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976
17. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970