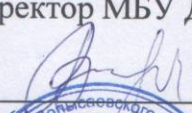


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Детская школа искусств №54»

<p>Обсуждено: Педагогическим советом МБУ ДО «ДШИ №54» « 5 » июня 2019 г.</p>	<p>Утверждаю Директор МБУ ДО «ДШИ №54»  Винтер В.В.</p>
--	---



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»

Программа учебного предмета
«Народно-сценический танец»

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Разработчик:

преподаватель хореографического отделения МБУ ДО «ДШИ № 54» А.Е. Дмитриенко

Рецензенты:

Лауреат проекта «Трудовая Слава России» (медаль МАРО «Почетный педагог России»), учитель музыки высшей категории, преподаватель Центра СидПО филиала КубГУ в г. Славянске-на-Кубани, администратор НПМ «Методичка.орг» по научной работе, главный администратор альманаха «Педагогика и мир» Солодкий Максим Борисович
Шумилова О.Ю., преподаватель высшей квалификационной категории, заместитель ректора по УЧ ДШИ №54

Структура программы учебного предмета

1. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

2. Содержание учебного предмета

Годовые требования

3. Требования к уровню подготовки учащихся

4. Методическое обеспечение учебного процесса

- *Методические рекомендации преподавателям;*
- *Словарь терминов;*

5. Список методической литературы

1. Пояснительная записка

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Народно - сценический танец в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности учащихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Обучение народно - сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа, дает возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения различных народов, сложностью их темпов и ритмов.

Необходимость создания данной программы, ее **актуальность и педагогическая целесообразность** связаны со спецификой работы нашего учреждения. Направленность хореографического отделения МБУ ДО «ДШИ № 54» как концертного коллектива обуславливает написание программы, в которой основу составляет изучение русского народного танца. Другие народности изучаются минимально, в уменьшенном объеме. Изучение какой-либо народности углубленно происходит тогда, когда это необходимо для постановки сценического номера, на материале данной народности. Это и является **отличительной особенностью** данной дополнительной образовательной программы от уже существующих, и позволяет качественно освоить учебный материал и не допустить эмоциональной и физической перегрузки учащихся.

Программа по народно-сценическому танцу определяет основной подход к предмету в условиях хореографического отделения школы искусств, объем и распределение материала на каждом году обучения. Однако не следует стремиться к прохождению материала в полном объеме в ущерб правильности исполнения и задачам эстетического воспитания учащихся. Руководствуясь основными принципами, изложенными в настоящей программе, педагог может увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности материала в зависимости от состава класса и конкретных условий работы.

Срок реализации учебного предмета

Срок реализации данной программы составляет 4 года (при 7-летней образовательной программе «Хореографическое творчество»).

Объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета

Максимальная учебная нагрузка по предмету «Народно-сценический танец» составляет 4 часа в неделю (первый и второй год обучения), 2 часа в неделю (третий и четвертый год обучения).

Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 8 человек). Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 33 недели.

Цель и задачи учебного предмета

Целью данной программы является обучение, развитие свободной творческой личности, воспитание трудолюбия, сохранение традиций русского народного танца.

Задачи:

- всестороннее развитие всех мышц, суставов, связок,
- развитие техники,
- развитие координации, пластики,
- развитие артистичности,
- усвоение стиля и манеры исполнения танцев разных народов.

Обоснование структуры программы

Программа учебного предмета «Современный танец» содержит:

- 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 учащихся;
- методическое обеспечение учебного процесса.

Методы обучения

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения;

гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- принцип доступности и посильности;
- принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

1. Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

2. Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

3. Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

4. Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 учащихся), 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) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для учащихся и преподавателей.

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

2. Содержание учебного предмета

Настоящая программа составлена традиционно: включает основной комплекс движений и дает право преподавателю на творческий подход к ее осуществлению с учетом особенностей психологического и физического развития детей. Обучение по данной программе позволяет изучать материал поэтапно, в развитии - от простого к сложному.

Первый год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками. Большим разнообразием движений, композиционных построений и форм. Хороводы, кадрили, переплясы и пляски. В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым

характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Основные положения ног:

Позиции ног – 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

1. Подготовительное, первое и второе.
2. Подготовка к началу движения.
3. Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Элементы танца

1. Раскрывание и закрывание рук:
 - одной руки,
 - двух рук,
 - поочередные раскрывания рук,
 - переводы рук в различные положения.
2. Поклоны:
 - на месте без рук и с руками,
 - поклон с продвижением вперед и отходом назад.
3. Притопы:
 - одинарные (женские и мужские),
 - тройные.
4. Перетопы тройные.
5. Простой (бытовой) шаг:
 - вперед с каблука,
 - с носка.
6. Простой русский шаг:
 - назад через пальцы на всю стопу,
 - с притопом и продвижением вперед,
 - с притопом и продвижением назад.
7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
8. «Переменный шаг»:
 - с притопом и продвижением вперед и назад
 - с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад
9. «Девичий ход» с переступаниями
10. « Припадание»:
 - простое
 - с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги
11. «Гармошка».
12. «Ёлочка».
13. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции:
 - вперед и назад по 1-й прямой позиции.
14. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).
15. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

16. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

17. «Веревочка» простая.

18. «Ковырялочка» с двойным притопом:

- с тройным притопом.

19. «Ключ» простой (с переступаниями).

Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары):

- в ладошки,

- по бедру,

- по голенищу сапога.

Подготовка к вращениям на середине зала и по диагонали

Присядки (для мальчиков)

1. Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям.

2. Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позициям.

3. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям.

4. Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

Второй год обучения

V класс

Второй год обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы русского и белорусского танцев.

Ожидаемые результаты в конце второго года обучения.

Учащиеся должны знать:

- основные движения белорусского танца
- **владеть:**
- быстрым запоминанием танцевальных комбинаций,
- координацией движений в танцевальных комбинациях.

уметь:

- передавать в движении манеру и характер танцевальных движений и танцев, изучаемых народностей,
- исполнять движения русских народных танцев.

Упражнение у станка:

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.

2. Подготовка к началу движения (preparation):

- движение руки,

- движение руки и координации с движением ноги.
3. **Demi-plie** (приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям) музыкальный размер 3/4, 4/4. **Grand plie** (глубокое приседание).
Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).
 4. **Battements tendus** . Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):
 - с Demi-plie в исходной позиции.
 5. **Battements tendus jetes** (маленькие броски) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):
 - с полуприседанием на опорной ноге,
 - с двойными бросками.
 6. **Подготовка к «веревочке»** (музыкальный размер 2/4, 4/4):
 - в открытом положении на всей стопе,
 - в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и полупальцах.
 7. **Battements developpes** (развертывание работающей ноги на 45⁰) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).
 8. **Flic-flac** (мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе) музыкальный размер 2/4, 4/4:
 - в прямом положении вперед одной ногой,
 - двумя ногами поочередно.
 9. Опускание на колено на расстояние стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4):
 - из 1-й прямой позиции,
 - с шага, лицом к станку.
 10. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).
 11. **Grand battement jete** (большие броски) по всем позициям.

Элементы русского народного танца

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом.
4. «Шаркающий шаг»:
 - каблуком по полу,
 - полупальцами по полу.
5. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.

6. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на ребро или носок каблука. На месте и с отходом назад.
7. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
8. «Веревочка»:
 - с двойным ударом полупальцами,
 - простая с поочередными переступаниями,
 - двойная с поочередными переступаниями.
9. «Ковырялочка» с подскоками.
10. «Ключ» простой на подскоках.
11. Дробные движения:
 - простая дробь на месте,
 - тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед,
 - простая дробь полупальцами на месте,
 - дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.
12. Присядка (для мальчиков):
 - присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытой позициям,
 - присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону.
13. Хлопки и хлопучки (для мальчиков):
 - удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперед, назад и в сторону,
 - фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу,
 - поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади,
 - по голенищу сапога спереди крест-накрест.
14. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).
15. Вращения:
 - на середине зала (с припаданием, обертас, тур по 6 поз)
 - по диагонали (шене, бегунец)

БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью. Характер движений белорусских народных танцев легкий и трамплинный. Наиболее известными танцами в Белоруссии являются «Лявониha», «Бульба» и полька.

На втором году обучения предлагается танцевальный материал из танца «Бульба» или «Крыжачок» (на усмотрение преподавателя)

Положения рук:

- положение рук в сольном танце,

- положение рук в массовых и парных танцах,
- подготовка к началу движения.

Элементы танца «Бульба»

1. Притопы одинарные.
2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.
3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.
4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.
5. Основной ход .
6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.
7. Тройные притопы с поклоном.
8. Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков)

Элементы танца «Крыжачок» 4/4

1. Притопы одинарные.
2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.
3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.
4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.
5. Основной ход «Крыжачка».
6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.
7. Тройные притопы с поклоном.
8. Присядка на двух ногах по 1 -ой прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков).

Третий год обучения

VI класс

3-й год обучения предлагает дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки. С этого года активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение несложных комбинаций и композиций на материале русского, украинского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну.

Экзерсис у станка

1. **Demi end grand plies** (приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой).
2. **Battements tendus** (скольжение стопой по полу, с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги).
3. **Battements tendus jetes** (маленькие броски):
 - с двумя ударами стопой работающей ноги 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,

- с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,
 - сквозные по 1-й открытой позиции (*balanouirs*) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
4. **Rond de jambe end rond de pied** (круговые скольжения по полу):
 - одинарные,
 - двойные.
 5. **Pas tortille** (повороты стопы из открытого в закрытое):
 - одинарные,
 - двойные.
 6. **Battements fondues** (полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45^0 (*Battements fondues*):
 - на всей стопе,
 - с подъемом ноги на полупальцы.
 7. Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
 8. **Battements developpe на 90^0** (развертывание ноги) с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад.
 9. **Flic-flac** (подготовка к «чечетке»), в открытом положении вперед, в сторону и назад.
 - 10.. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:
 - на ногу, открытую на носок в сторону или назад,
 - с шага,
 - с прыжка.
 11. «Веер» - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.
 12. Повороты:
 - плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (*Soutenu en tournant*),
 - поворот на одной ноге внутрь и наружу (*Pirouette en dedan en dehors*) с другой, согнутой в колене.
 13. Подготовка к «качалке» и «качалка».
 14. Выстукивания поочередные каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере (*zapateado*).
 15. Растяжка из 1-й прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.
 16. **Grands battements** (большие броски) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:
 - с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
 - с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.
 17. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.
 18. Маленькие «голубцы» лицом к станку.

19. Присядки:
- на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по 1-й свободной позиции, открывая ноги в стороны,
 - «Мяч» лицом к станку.
20. Поднимание на полупальцы в сочетании с движением рук.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ (музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
3. «Ключ» с двойной дробью.
4. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.
5. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.
6. Дробь на «три ножки».
7. Основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед.
8. «Моталочка»:
 - с задеванием пола каблуком,
 - с акцентом на всю стопу,
 - с задеванием пола полупальцами,
 - с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
9. «Маятник» в прямом положении.
10. Основной русский ход (академический).
11. Подбивка «Голубец»:
 - на месте,
 - с двумя переступаниями.
12. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
13. Хлопушки:
 - на подскоках с ударом по голенищу сапога перед собой,
 - на подскоках с ударом по голенищу сапога сзади,
 - поочередные удары по голенищу сапога сзади на подскоках,
 - удары двумя руками по голенищу одной ноги,
 - удар по голенищу вытянутой ноги.
14. Присядки:
 - присядка с «ковырялочкой»,
 - присядка с ударом по голенищу, ступне спереди и сзади,
 - подскоки по 1-й прямой позиции из стороны в сторону с хлопком перед собой,
 - присядка «мяч»,
 - «гусиный шаг»,
 - «ползунок» вперед и в стороны на пол.
15. Прыжки:

- прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте и с продвижением вперед,
 - прыжок с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам,
 - прыжок с ударами по голенищу спереди.
16. Вращения:
- на подскоках с продвижением вперед по диагонали,
 - с движением «моталочки» с откидыванием ног назад.

УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Украинское народное творчество отражает многовековую историю народа. Героизм в борьбе за независимость, любовь к своей Родине, радость труда, юмор – все это находит отражение в украинских народных танцах. Исполнение женских и мужских танцев различно. Женские – лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

Элементы танца (музыкальный размер 2/4, 4/4)

1. Позиции и положения ног.
2. Позиции и положения рук.
3. Положения рук в парном и массовом танце.
4. Подготовка к началу движения.
5. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские и мужские).
6. Притоп.
7. «Веревочка»:
 - простая,
 - с переступаниями,
 - в повороте.
8. «Дорижка простая» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом.
9. «Дорижка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.
10. «Вихилястник» («ковырялочка»):
 - «вихилястник» с «угинанием» («ковырялочка» с открыванием ноги).
11. «Бигунец».
12. «Голубец» на месте, с продвижением в сторону, с притопом.
13. Медленный женский ход.
14. Ход назад с остановкой на третьем шаге.
15. «Тынок» (перескок с ноги на ногу)
16. «Похид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед).
17. «Выступцы», подбивание одной ногой другую.

18. «Разножка» в сторону на ребро каблука (для мальчиков).
19. «Ястреб» - прыжок с поджатыми ногами по 1-й открытой позиции.

Освоение технических приемов для прыжков и вращений

1. Прыжки на двух ногах, на одной ноге (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).
2. Подскоки по диагонали с поворотом, на одном месте.

Четвертый год обучения

VII класс

Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Увеличение элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером. Продолжается изучение элементов русского, молдавского и польского танцев. Изучение элементов венгерского и испанского танцев. К концу учебного года составляются более сложные комбинации и небольшие композиции.

Упражнения у станка:

1. **Demi end grand plies** по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.
2. **Battements tendus:**
 - с поворотом ноги в закрытое положение в сторону,
 - с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.
3. **Battements tendus jetes** сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.
4. **Rond de jambe:**
 - ребром каблука около опорной ноги,
 - носком или ребром каблука по полу, в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
5. **Battements fondues:**
 - на всей стопе,
 - с подниманием на полупальцы,
 - с наклоном корпуса в координации с движением руки.
6. Подготовка к «веревочке»:
 - в открытом положении,
 - с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
7. **Battements developpes на 90°** с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:
 - плавное,
 - резкое в координации с движением руки.

8. **Flic-flacc** двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:
 - в прямом положении,
 - в открытом положении вперед, в сторону и назад.
9. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку):
 - в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой,
 - в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
10. **Grand battements jete**:
 - с проведением ноги через 1-ю открытую позицию (balancoirs).
11. «Голубец»:
 - в сторону на 45^0 в прямом положении лицом к станку,
 - в сторону на 90^0 в прямом положении лицом к станку.
12. Револьтад на полу (без прыжка):
 - в прыжке на 45^0 лицом к станку (факультативно).
13. Подготовка к «штопору» по 1-й прямой позиции на полупальцах.
14. «Штопор».

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ (музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
2. Переборы (pas bougee).
3. «Ключ» дробный сложный.
4. «Ключ» хлопучечный.
5. «Маятник» в поперечном движении.
6. «Голубцы» поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
7. «Веревочка»:
 - простая и двойная с перетопами,
 - простая и двойная с «ковырялочкой»,
 - простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая – на щиколотке спереди или сзади,
 - простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции,
 - простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360^0 в приседании на полупальцах.
8. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
9. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
10. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.
11. Присядки:
 - растяжки в стороны на носки и на каблуки,
 - растяжки вперед на каблук одной ноги и на носок другой,

- растяжка через 2-ю закрытую позицию на полуприседании на каблук и в стороны,
12. «Ползунок» вперед и в сторону на пол и на воздух.
13. Прыжки:
- с согнутыми ногами (одна спереди, другая сзади),
 - одна нога прямая, другая согнута в колене спереди или сзади,
 - «гигантские шаги» на месте и по диагонали.

ТЕХНИКА ПРЫЖКОВ И ВРАЩЕНИЙ

(музыкальный размер 2/4)

1. Пируэт из 5-й позиции внутрь и наружу (en dedan, en dehors).
2. Воздушный тур.
3. Пируэт на каблуках.
4. Вращение с отбрасыванием ног назад.
5. «Щучка» с прямыми ногами и согнутыми ногами.
6. «Кольцо».
7. «Пистолет».
8. «Разножка» в воздухе.

Движения «Щучка», «Кольцо», «Пистолет» и «Разножка» в воздухе проходят факультативно по усмотрению педагога.

Требования к уровню подготовки учащихся

Ожидаемые результаты: по окончании изучения программы по предмету «Народно-сценический танец» выпускники должны:

Знать:

- терминологию народно-сценического танца,
- метроритмические раскладки исполнения движения,
- особенности и традиции изучаемых народностей.

Владеть:

- культурой исполнения,
- хореографической памятью,
- техникой движения.

Уметь:

- передавать в движении сложные ритмические рисунки русских, молдавских, украинских и белорусских танцев,

- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращения, дробы (для девочек), различные виды присядок, «хлопушек» (для мальчиков).

У учащихся сформированы:

- хорошая хореографическая форма,
- развитая мускулатура (мышечная сила и выносливость),
- навыки сценических выступлений,
- готовность дальнейшему саморазвитию,
- чувство ответственности, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, сила воли для достижения результатов,
- художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству.

4.Методическое обеспечение учебного процесса

Особенность настоящей программы заключается в том, что на первом году обучения народно-сценическому танцу не предусмотрено прохождения танцевальных элементов у станка. Занятия начинаются на середине зала с освоения элементов народного танца в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны учащимся, имеющим подготовку по классике лишь в объеме одного года, и могут изучаться без применения станка, принятого в обучении народно-сценическому танцу. На начальном этапе на "середине" изучаются характерные для народно-сценического танца позиции рук и ног, осваивается простейшая координация, а также удобные и понятные детям элементы танцев. Следует избегать слишком раннего и быстрого введения специфических особенностей народно-сценического танца, которые трудно, а зачастую и невозможно согласовать с начальной стадией обучения классическому танцу. Например, скошенная на ребро стопа, резкое приседание, злоупотребление "завернутыми" положениями ног, резкие, непривычные для классики изломы корпуса и т. д. не могут быть правильно восприняты мышцами ученика и не принесут ему пользы в народном танце, помешав в то же время изучению классического, ибо только получив определенные навыки в классическом тренаже, можно углубленно и без вреда для мышечной системы осваивать специфику народно-сценического танца. Из сказанного выше, однако, не следует, что народно-сценический танец не имеет на начальной стадии обучения своих собственных задач и служит лишь неким "танцевальным дополнением" к однообразным, на первых порах, урокам классического танца. Практика ведения данного предмета на хореографических отделениях в ряде экспериментальных школ искусств показала, что работа без станка на первом году обучения дает возможность заложить фундамент для целого ряда важнейших исполнительских качеств и выявить мало используемые при обычном подходе резервы. Отсутствие технической сложности, больших

специфических нагрузок дает педагогу возможность в этих условиях уделить основное внимание культуре исполнения. Умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, развитие чувства позы, навыки координации, культура общения с партнером, начальные навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость, умение передать в движении стилевые особенности народной музыки, разнообразие ее темпов и ритмов, что является основой формирования чистоты стиля и хорошей манеры исполнения - вот те сложные и многообразные задачи, которые позволяет решить начальный этап обучения.

Исполнительская техника является необходимым средством для исполнения любого танца, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место в работе занимает развитие танцевальности, которой отведено особое место в хореографии и методической литературе всех эпох и стилей. Поэтому, с первых лет обучения необходимо развивать умение слышать музыку и развивать творческое воображение у учащихся.

Значительную роль в этом процессе играет музыкальное сопровождение во время занятий, где музыка помогает раскрывать характер, стиль, содержание.

Работа над качеством исполняемого движения в танце, вариации, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка, техникой, - важнейшими средствами хореографической выразительности - должна последовательно проводиться на протяжении всего обучения и быть предметом постоянного внимания преподавателя.

В работе над хореографическим произведением необходимо прослеживать связь между художественной и технической сторонами изучаемого произведения.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, глубоко продуман план урока.

Словарь терминов

Ансамбль - танцевальный коллектив, исполняющий концертную программу, например: ансамбль русского танца, ансамбль песни и пляски и т.д.

Бег танцевальный - это шаг, исполненный в быстром темпе и имеющий три вида: беговой шаг, бег с отбрасыванием ног назад, бег с поднятием согнутых ног вперед.

«Веровочка» - перевод впереди или сзади стоящей в третьей позиции ноги назад или вперед под коленом другой ноги.

Вращение - один или несколько поворотов вокруг своей оси на одной ноге, оттолкнувшись от пола другой.

Выстукивание - передача стуком ритмического звука.

Дробь - движение русского танца, которое состоит из сильных и резких ударов ногами в пол - всей стопой, полупальцами, каблуком.

Игровой хоровод - это драматическое действие, в котором разыгрываются под песню, соответственно ее тексту, сцены, выявляющие наиболее яркие черты из бытового уклада.

«**Ковырялочка**» - движение, образующееся от перевода работающей ноги на носок пяткой вверх и с носка на каблук носком вверх в одну и ту же точку.

Коленце - движение, исполненной одним человеком в процессе танца, где он раскрывает особенности своего характера, выражает свое настроение и отношение к окружающим его людям. Коленца зависят от виртуозности и изобретательности исполнителя.

Манера - характерный способ действия, особенность поведения. Манера - неповторимое своеобразие в исполнительском мастерстве.

Моталочка - поочередное движение двумя ногами от колена вперед-назад, вправо-влево, от себя к себе.

«**Мяч**» - подскок вверх из полного приседания с согнутыми коленями. Движение характерно для мужского танца.

Народный танец - один из древних видов народного творчества. Он конкретно выражает стиль и манеру исполнения каждого народа и связан с другими видами искусства.

Орнаментальный хоровод - в его основе нет конкретного действия. Своим рисунком орнаментальный хоровод раскрывает содержание песни, которое чаще связано с образом русской природы, поэтическими обобщениями, коллективным трудом народа, его бытом.

Парная пляска - интимная пляска - разговор двух влюбленных исполнителей, где посредством мимики, жестов, движения рассказывается о любви, ревности, о взаимоотношениях людей.

Перепляс - это соревнование в силе, ловкости, изобретательности движений, это показ индивидуальности исполнителя, его характера, демонстрация виртуозности исполнения движений - коленец.

Позиция - основное положение ног, рук в танце обуславливает единое для всех исполнителей правило исполнения каждого движения, способствует гармоничному расположению фигур в пространстве, определяет грацию и выразительность.

Ползунок - поочередное открывание ног, вытянутых в колене, вперед, в сторону, на ребро каблука или в воздух с вытянутыми носками и коленями, когда танцующий находится в полной присядке.

Присядка - нахождение исполнителя на полупальцах согнутых в коленях ног в первой свободной или параллельной позиции ног; с прямым корпусом, поднятой головой.

Ритм - определенная последовательность движений человеческого тела в сочетании с выразительностью и музыкальностью.

Русский сценический танец - один из видов танца, предназначенных для зрителя. Сценический танец развивает образные возможности, присущие танцу.

Танцевальная комбинация - сочетание двух или несколько движений ног, рук, различных поворотов корпуса, исполненных в определенной последовательности, заданном темпе и ритме.

Танцевальная лексика - это определенные движения ног, рук, головы, корпуса, жесты, мимика, позы из которых складывается танец как художественное целое.

Танцевальный этюд - несколько танцевальных комбинаций, исполненных в различных сочетаниях и последовательности, отражающих характер музыки и имеющих определенное динамическое развитие.

Хлопушка - элемент русского танца, состоящий из хлопков по голенищу, бедру, подошве и т.д.

Элемент в танце - простое, несложное движение какой либо частью тела.

5.Список рекомендуемой методической литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Рольф, 2001. – 272 с.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: учебное пособие для студентов хореографических факультетов вузов культуры и искусств/ Г.П. Гусев – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004. – 232 с.: ил.: ноты.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: учеб. Пособие для вузов искусств и культуры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – 208 с.: ил.: ноты.
4. Гусев Г.П. Народно-сценический танец. Организация и методика проведения занятий. DVD. – Киров, 2008.
5. Есаулова К.А., Есаулов И.Г. Народно-сценический танец. Ижевск: Издательский дом «Удмуртский университет», 2004, 208 с.
6. Заикин Н.И. Областные особенности русского танца. DVD. – Киров, 2006.
7. Кульманов А. Методика преподавания народно-сценического танца. Экзерсис у станка и на середине. [Электронный ресурс] Новосибирск, 2014. – CD-ROM.
8. Кульманов А. Методика проучивания женских вращений в народно-сценическом танце. [Электронный ресурс] Новосибирск, 2014. – CD-ROM.

9. Народно-сценический танец. Программа для хореографических отделений ДМШ и ДШИ/ сост. А.А. Борзов – М., 1983.
10. Селиверстова Л.И. Программа по предмету народно-сценического танца.
11. Семинар по народно-сценическому танцу. DVD. – Луганск, 2008.
12. Харитонов Н. Методика и техника исполнения выстукиваний и хлопушек в народно-сценическом танце. [Электронный ресурс] Новосибирск, 2015. – CD-ROM.
13. Харитонов Н. Народно-сценический танец в детском хореографическом коллективе. 1-2 год обучения. [Электронный ресурс] Новосибирск, 2016. – CD-ROM.