**Управление культуры администрации городского округа город Воронеж**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**Детская школа искусств № 8 городского округа город Воронеж**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по учебному предмету**

**«НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»**

**дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Рассмотрено»  Методическим советом  МБУДО ДШИ № 8  « 29 » августа 2017 года | «Утверждаю»  Директор Логинов Д.А.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  (подпись)    « 29 » августа 2017 года |  |

Разработчик Ермакова Юлия Анатольевна,

преподаватель хореографического отделения МБУДО ДШИ № 8

Воронеж

2017

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Значительные возможности для приобщения учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества предоставляет хореографическое образование и, в частности, народно-сценический танец,

который является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин, неотъемлемой частью начального образования.

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 танцев различных народов, в

значительной степени расширяет и обогащает их исполнительские возможности, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты

за счет обучения только классическому танцу.

Важнейшей задачей всего курса обучения является воспитание эмоциональной выразительности исполнения, умения точно передать национальный стиль и манеру народного танца. В условиях школы искусств народно-сценический танец играет большую роль в создании репертуара хореографических отделений, тесно связан со всем циклом танцевальных дисциплин и, прежде всего, с классическим танцем, являющимся основой этого цикла.

На хореографическом отделении школы искусств учащиеся приступают к изучению предмета "Народно-сценический танец" на третьем году обучения, а не на четвертом, как в хореографическом училище, где к этому времени уже освоена азбука классического танца. Это обусловлено тем, что учащиеся хореографических отделений школы искусств, как правило, не имеют в дальнейшем перспективы профессионального исполнительства, поэтому им нужно предоставить возможность максимального развития заложенных в каждом из них способностей в стенах самой школы и реализовать их в соответствующем репертуаре. Кроме того, отсутствие этого предмета в учебном плане в течение трех лет в пятилетнем цикле обучения привело бы к существенному пробелу в эстетическом воспитании учащихся.

**Программа рассчитана на 5 лет обучения.**

В разделах помещены сведения о задачах каждого года обучения, принципах использования предлагаемого материала и краткие методические указания.

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.

**Форма проведения учебных занятий.**

Форма проведения учебный аудиторных занятий мелкогрупповая (от 5 до 15 человек). Рекомендуемая продолжительность урока 2 часа.

Групповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, эмоционально – психологические особенности, трудоспособность.

**Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Вид учебной работы,  нагрузки,  аттестации | Затраты учебного времени | | | | | | | |  | | Всего часов |
| Годы обучения | 1-й год | | 2-й год | | 3-й год | | 4-й год | | 5-й год | |  |
| Полугодия | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |  |
| Количество недель | 16 | 20 | 16 | 20 | 16 | 20 | 16 | 20 | 16 | 20 |
| Аудиторные занятия | 32 | 40 | 32 | 40 | 32 | 40 | 32 | 40 | 32 | 40 | 360 |
| Самостоятельная работа | 16 | 20 | 32 | 40 | 32 | 40 | 32 | 40 | 32 | 40 | 324 |
| Максимальная учебная нагрузка | 48 | 60 | 64 | 80 | 64 | 80 | 64 | 80 | 64 | 80 | 684 |

**Обоснование структуры программы учебного предмета.**

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 - «Структура и содержание учебного предмета».

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

Своеобразие условий работы хореографических отделений заставляет изменить традиционный, сложившийся в профессиональном хореографическом образовании подход к порядку прохождения материала и, в какой-то степени, к методике преподавания при непременном сохранении основных принципов, лежащих в основе ведения этой танцевальной дисциплины. Ограниченность физических данных большинства учащихся заставляет проявлять большую осторожность при выборе репертуара, построенного на основе классического танца, и опираться в большей степени на народный.

Все сказанное и определяет особенность настоящей программы, в которой на первом году обучения (3-й класс) 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.

В процессе работы педагог должен строго соблюдать принцип "от простого к сложному". На базе тех навыков и умений, которые формируются на первом году обучения, на втором учащиеся начинают осваивать основные элементы у станка, после чего приступают к их совершенствованию с применением несложных комбинаций. Дальнейшее увеличение

мышечной нагрузки в течение всего периода обучения производится постепенно и планомерно; усложнение лексики, композиции заданий и танцевальных этюдов, введение новых технических приемов должны быть также подготовлены всем предыдущим ходом обучения.

Особое внимание следует уделять такому немаловажному фактору, как дыхание учащихся. Правильно поставленное дыхание имеет иногда решающее значение для освоения танцевальной техники, особенно если учитывать частую смену темпов и ритмов урока народно-сценического танца, длительные, требующие большого дыхания, развернутые танцевальные композиции, необходимость преодолевать значительное сценическое пространство.

При изучении каждого из разделов настоящей программы необходимо знакомить учащихся с национальными особенностями входящих в него народных танцев, рассказывать о народных обрядах, традициях, жизни и истории народа. Все это поможет более глубокому пониманию национального характера, усилит выразительность исполнения. При этом не следует преждевременно навязывать детям "взрослую" манеру исполнения, заставлять их "наигрывать" темперамент и утрировать мимическую "игру". Исполнение всегда должно быть естественным, а предлагаемый материал - не только соответствовать техническим возможностям учащихся, но и учитывать их возрастную психологию.

В конце каждого года обучения необходимо подготовить развернутую композицию или небольшой законченный танец, где, наряду с усвоением элементов, можно было бы проследить за воспитанием чувства ансамбля у детей и созданием сценического образа. В процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям с учетом их физических данных и способности к восприятию предлагаемого материала. Имеет большое значение и отдельное обучение по группам девочек и мальчиков.

Программа дает возможность выбрать наиболее легко усваиваемый танцевальный текст, его варьирование. При подборе музыкального сопровождения каждого элемента у станка или на "середине" необходимо учитывать возрастные особенности восприятия музыки учащимися, что значительно облегчит освоение технически сложных элементов и поможет развитию танцевальности и выразительности.

В процессе обучения танцевальным дисциплинам важную роль играют творческие связи педагогов. Нельзя допускать, чтобы один предмет значительно опережал в прохождении материала другой. Преподаватель народно-сценического танца должен строить процесс обучения, учитывая степень подготовки класса по другим дисциплинам.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ**

**Первый год обучения (3 класс)**

В задачу первого года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на "середине", развитие элементарных навыков координации движений.

Для первого года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского и белорусского народных танцев, а также одного из танцев прибалтийских республик. Кроме этого рекомендуется использовать вспомогательный материал, подготавливающий к исполнению различных танцевальных элементов. Особенностью предлагаемого на первом году обучения материала является его внешняя схожесть. Это делается специально для того, чтобы дать учащимся определенную базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение, на конкретных примерах показать стилистические особенности элементов русских народных танцев.

На первом году обучения в работе используются только первая (6-я) позиция ног и первая и третья свободные позиции. Позиции и положения рук используются все (соответствуют программе по народно-сценическому танцу для хореографических училищ).

**Позиции ног:**

**1. Пять прямых:**

1-я — обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

2-я — обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3-я — обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;

4-я — обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;

5-я — обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

**2. Пять свободных:**

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

**3. Две закрытые:**

1-я закрытая — обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;

2-я закрытая — обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

**Позиции и положения рук:**

**1. Семь позиций:**

1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца.

4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я — обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

6-я — обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

7-я — обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

**2. Подготовительное положение** -оберукисвободноопущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладоньюк корпусу

1-е положение — обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е положение - обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

**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, форм (хороводы, кадрили, переплясы и пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). 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:

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

**Основные положения рук:**

1. Подготовительное,

2. Первое и второе,

3. Подготовка к началу движения.

4. Положения рук в парных и массовых танцах — "цепочка", "круг", "звездочка", "карусель", "корзиночка".

**Элементы танца**

1. Раскрывание и закрывание рук:

а) одной руки,

б) двух рук,

в) поочередные раскрывания рук,

г) переводы рук в различные положения.

2. Поклоны:

а) на месте без рук и с руками,

б) поклон с продвижением вперед и отходом назад.

3. Притопы:

а) одинарные (женские и мужские),

б) тройные.

4. Перетопы тройные.

5. Простой (бытовой) шаг:

а) вперед с каблука,

б) с носка.

6. Простой русский шаг:

а) назад через полу пальцы на всю стопу,

б) с притопом и продвижением вперед,

в) с притопом и продвижением назад.

7. Боковой шаг на всей стопе и на полу пальцах по прямой позиции.

8. "Гармошка".

9. "Елочка".

10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции:

а) вперед и назад по 1 -й прямой позиции.

11. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

12. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полу пальцах.

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

14. "Веревочка" простая.

15. "Ковырялочка":

а)с двойным притопом,

а) с тройным притопом.

16. "Ключ" простой (с переступаниями).

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

а) в ладошки,

б) по бедру,

в) по голенищу сапога.

**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.

**БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

Белорусский народный танец по- своему лексическому материал 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 "Лявониха", "Крыжачок" и полька.

**На первом году обучения предлагается танцевальный материал из танца "Крыжачок".**

**Положения рук:**

а) положение рук в сольном танце,

б) положение рук в массовых и парных танцах,

в) подготовка к началу движения.

**Элементы танца "Крыжачок"**

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-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков).

**ТАНЦЫ ПРИБАЛТИЙСКИХ РЕСПУБЛИК**

Эстонские, литовские, латвийские танцы не очень сложны технически и доступны для усвоения детьми. Композиция этих танцев и их игровое содержание помогают развивать координацию и выносливость.

**На первом году обучения предлагаются элементы танца "Козлик" (литовский танец) и элементы польки.**

1. Положение ног в танце "Козлик".

2. Положение рук в танце "Козлик".

3. Положение рук в парных и массовых танцах.

4. Подготовка к началу движения.

**Движения танца "Козлик" (музыкальный размер 2/4)**

1. Простые шаги на приседании.

2. Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением.

3. Прыжки с первой прямой во вторую прямую позицию и обратно.

4. Прыжки с перекрещенными ногами.

5. Прыжки с выбрасыванием ноги в сторону.

6. Прыжки с поджатыми ногами на месте и с продвижением

7. вперед и назад.

**Движения польки**

1. Простые подскоки польки:

а) на месте,

б) вокруг себя,

в) с продвижением вперед, назад и в сторону.

2. Простые подскоки с хлопками и поклонами.

3. Простые подскоки в повороте парами под руки.

4. Галоп в сторону.

**Второй год обучения (4 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, белорусского и вводятся элементы украинского и итальянского танцев.

**Упражнения у станка:**

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

2. Подготовка к началу движения (preparation):

а) движение руки,

б) движение руки и координации с движением ноги.

3. Переводы ног из позиции в позицию:

а) скольжением стопой по полу (battements tendus),

б) броском работающей ноги на 35°,

в) поворотом стоп.

4. Приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям (музыкальный размер 3/4, 4/4):

а) полуприседания (demi-plie),

б) полное приседание (grand- plie).

5. Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).

6. Упражнение с напряженной стопой (battements tendus) из 1 –й прямой позиции на каблук (музыкальный размер 3/4, 4/4):

а) с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге,

б) с полуприседанием в исходной позиции.

7. Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):

а) с полуприседанием на опорной ноге,

б) с полуприседанием в исходной позиции.

8. 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):

а) с полуприседанием в исходной позиции,

б) в момент перевода работающей ноги на каблук,

в) при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в

исходную позицию.

9. Маленькие броски (battements tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

а) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание,

б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги,

в) с полуприседанием на опорной ноге,

г) с двойными бросками.

10. Подготовка к "веревочке", скольжение работающей ноги по опорной (музыкальный размер 2/4, 4/4):

а) в открытом положении на всей стопе,

б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на

опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.

11. Развертывание работающей ноги на 45° developpes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).

12. Подготовка к "чечетке" (flic-flac), мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе (музыкальный размер 2/4, 4/4):

а) в прямом положении вперед одной ногой,

б) двумя ногами поочередно.

13. Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4):

а) из 1-й прямой позиции,

б) с шага, лицом к станку.

14. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полном приседании на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).

**Элементы русского народного танца**

1. Поочередное раскрывание рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).

2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.

3. Бытовой шаг с притопом.

4. "Шаркающий шаг":

а) каблуком по полу,

б) полупальцами по полу.

5. "Переменный шаг":

а) с притопом и продвижением вперед и назад,

б) с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

6. "Девичий ход" с переступаниями.

7. Боковое "припадание":

а) с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги,

б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.

8. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.

9. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест - накрест на ребро или носок каблука. На месте и с отходом назад.

10. "Моталочка" в прямом положении на полупальцах и с акцентом

на всей стопе.

11. "Веревочка":

а) с двойным ударом полупальцами,

б) простая с поочередными переступаниями,

в) двойная с поочередными переступаниями.

12. "Ковырялочка" с подскоками.

13. "Ключ" простой на подскоках.

14. Дробные движения:

а) простая дробь на месте,

б) тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед,

в) простая дробь полупальцами на месте,

г) дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

15. Присядка (для мальчиков):

а) присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытой позициям,

б) присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону,

в) присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух.

16. Хлопки и хлопушки (для мальчиков):

а) удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с про-

движением вперед, назад и в сторону,

б) фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу,

в) поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади,

г) по голенищу сапога спереди крест-накрест.

17. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

**БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ "КРЫЖАЧОК"**

1. Основной ход танца "Крыжачок" с поворотом.

2. "Веревочка" с переступаниями.

3. Присядка с выведением ноги на носок перед собой на полуприседании.

4. Кружение с припаданием.

**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":

а) простая,

б) с переступаниями,

в) 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. "Выхилястник" ("ковырялочка"):

а) "выхилястник" с "угинанием" ("ковырялочка" с открыванием ноги).

12."Бигунец".

13. "Голубец" на месте и с продвижением в сторону.

**ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ "ТАРАНТЕЛЛА"**

**(музыкальный размер 6/8)**

Сценическая форма итальянского танца "Тарантелла" довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и четкой координации движений. Однако в начальной стадии изучения элементов танца не следует увлекаться разучиванием их в замедленном темпе, так как характер танца быстрый и жизнерадостный.

**Элементы танца**

1. Положения ног, характерные для танца.

2. Положения рук в танце.

3. Движения рук с тамбурином:

а) удары пальцами и тыльной стороной ладони,

б) мелкие непрерывные движения кистью "трель".

4. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).

5. Шаг с ударом носком по полу (piques) с полуповоротом корпуса с продвижением назад:

а)с последующим ударом носком по полу и б) одновременным подскоком на опорной ноге, на месте и с продвижением назад.

6. Бег тарантеллы (pas emboites) на месте и с продвижением вперед.

7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене (pas dallonne).

8. Перескоки с ноги на ногу.

9. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте.

10. Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой накрест другой.

**Третий год обучения (5 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 и итальянского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну. Начинается изучение элементов молдавского, узбекского и польского народных танцев.

**Упражнения у станка:**

1. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.

2. Скольжение стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.

3. Маленькие броски (battements tendus jetes):

а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой

позиции вперед, в сторону и назад,

б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,

в) сквозные по 1-й открытой позиции (balanouirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.

4. Круговые скольжения по полу (rond de tortille):

а) одинарные,

б) двойные.

5. Повороты стопы (pas tortille):

а) одинарные,

б) двойные.

6. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° (battements fondus):

а) на всей стопе,

б) с подъемом ноги на полупальцы.

7. Подготовка к "веревочке" с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.

8. Развертывание ноги (battements developpe) на 90° с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие).

9. Подготовка к "чечетке" (flic-flac) в открытом положении вперед, в сторону и назад.

10. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:

а) на ногу открытую на носок в сторону или назад,

б) с шага,

в) с прыжка.

11. "Веер" — маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.

12. Повороты:

а) плавный на обеих ногах по 5-й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (soutenu en tournant),

б) 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 первой прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.

16. Большие броски (grands battements) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

а) с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,

б) с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

17. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.

18. Маленькие "голубцы" лицом к станку.

19. Присядки:

а) на полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по первой свободной позции, открывая ноги в стороны,

б) "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 "Шестёра" на месте и с продвижением вперед.

8. "Моталочка":

а) с задеванием пола каблуком,

б) с акцентом на всю стопу,

в) с задеванием пола полупальцами,

г) с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.

9. "Маятник" в прямом положении.

10. Основной русский ход (академический).

11. Подбивка "Голубец":

а) на месте,

б) с двумя переступаниями.

12. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

13. Хлопушки:

а) на подскоках с ударом по голенищу сапога перед собой,

б) на подскоках с ударом по голенищу сапога сзади,

в) поочередные удары по голенищу сапога и сзади на подскоках,

г) удары двумя руками по голенищу одной ноги,

д) удар по голенищу вытянутой ноги.

14. Присядки:

а) присядка с "ковырялочкой",

б) присядка с ударом по голенищу, ступне спереди и сзади,

в) подскоки по 1-й прямой позиции из стороны в сторону с хлопком перед собой,

г) присядка "мяч",

д) "гусиный шаг",

е) "ползунок" вперед и в стороны на пол.

15. Прыжки:

а) прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте и с продвижением вперед,

б) прыжок с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам,

в) прыжок с ударами по голенищу спереди.

16. Вращения:

а) на подскоках с продвижением вперед по диагонали,

б) с движением "моталочки",

в) с откидыванием ног назад.

**УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 2/4)**

1. Медленный женский ход.

2. Ход назад с остановкой на третьем шаге.

3. "Веревочка" двойная.

4. "Тынок" (перескок с ноги на ногу).

5. "Выхилястник" с "угинанием".

6. "Похид-вильный" (поочередные удлиненные прыжки вперед).

7. "Голубцы" с притопами.

8. "Выступцы", подбивание одной ногой другую.

9. "Разножка" в сторону на ребро каблука (для мальчиков).

10. "Ястреб" - прыжок с поджатыми ногами по 1-й открытой позиции.

**МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Медленная "Хора", широкая "Молдавеняска", огневая "Сырба" отражают труд, быт и характер людей. Элементы молдавского танца - подскоки, различные ходы, прыжки, вращения в сочетании со сложными движениями рук и ритмическими рисунками — помогают учащимся выработать танцевальность, техническое мастерство, чувство позы, выносливость. В основном молдавские танцы массовые, что приучает к ансамблевой дисциплине.

**Элементы танца (музыкальный размер 2/4, 4/4, 6/8)**

1. Положение ног.

2. Положения рук в сольном и массовом танцах.

3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).

4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с про-

движением вперед.

5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.

6. Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.

7. Ход на одну ногу с прыжком.

8. Боковой ход с каблука.

9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.

**УЗБЕКСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 4/4)**

Узбекский народный танец отличается от других танцев выразительными движениями рук, кистей, плеч и головы. Ведущую роль в узбекском женском танце играют руки, которые не только придают танцу национальную выразительность, но и передают его характер и содержание. Танец юношей более строг. Предлагаемые движения исполняются девушками и юношами и являются базой танцевальной техники. Сопровождение может исполняться на ударном инструменте (бубен).

**Элементы танца**

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. Поклон.

4. Движения кистей рук:

а) сгибания и разгибания в запястьях,

б) с поворотами в запястья и внутрь, и наружу,

в) щелчки пальцами,

г) хлопки в ладоши.

5. Движения рук: плавные переводы рук в различные положения, резкие акцентированные, взмахи, сгибания и разгибания от локтя, волнообразные движения от плеча.

6. Движения плеч поочередные и одновременные: вперед, назад, короткие - вниз, вверх, круговые движения, быстрые движения (резкое - дрожание).

7. Движение головы из стороны в сторону.

8. Ходы:

шаг вперед с последующими скользящими шагами,

поочередные переступания (одна нога на полной стопе, другая на полупальцах).

9. "Гармошка".

10. Опускания на колени:

а) на одно,

б) на оба.

11. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед.

**ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 6/8)**

1. Маленькие броски с поочередными ударами носком и каблуком по полу.

2. Маленький прыжок на одну ногу вперед с одновременным откидыванием другой согнутой ноги на 45° и на 90° на месте и с продвижением.

3. Бег вперед с подскоком.

4. Тройные переступания с ноги на ногу (pas balance).

5. Повороты внутрь и наружу (en dedan, en dehors):

а) поочередные переступания по 5-й свободной позиции на полупальцах в полуприседании,

б) на одной ноге, вытянутая стопа другой ноги у щиколотки спереди или сзади в открытом положении (en dedan, en dehors).

**ПОЛЬСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ "МАЗУРКА"**

**(музыкальный размер 3/4)**

Мазурка, которую мы изучаем, обязана своим происхождением польскому народному танцу "Мазуру". Хореографы прошлого и настоящего используют мазурку и ее элементы для воспитания чувства позы, умения общаться с партнером в танце. Здесь есть энергичные ходы по площадке, вращения в парах, прыжки и выпады на колено, т. е. все то, что прививает

учащимся необходимые навыки поведения на сцене. Этому способствует четкая, ритмичная и темпераментная музыка.

**Элементы танца**

1. Позиции и положения ног.

2. Положения рук в танце.

3. Волнообразное движение руки.

4. "Ключ" - удар каблуками:

а) одинарный,

б) двойной.

5. Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позици (pas balance).

6. "Голубец"

7. "Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й 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 (6 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. Начинается изучение грузинского народного и венгерского сценического танцев. Испанский материал можно изучать факультативно. К концу учебного года составляются более сложные комбинации и небольшие композиции.

**Упражнения у станка:**

1. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.

2. Скольжение стопой по полу (battements tendus):

а) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону,

б) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.

3. Маленькие броски (battements tendus jetes) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.

4. Круговое скольжение по полу (rond de jambe):

а) ребром каблука около опорной ноги,

б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опор-

ной ноге с остановкой в сторону или назад.

5. Полуприседания на опорной ноге на 90° (battements fondus):

а) на всей стопе,

б) с подниманием на полупальцы,

в) с наклоном корпуса в координации с движением руки.

6. Подготовка к "веревочке":

а) в открытом положении,

б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.

7. Развертывание ноги (battements developpes) на 90° с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону

и назад:

а) плавное,

б) резкое в координации с движением руки.

8. "Чечетка" (fliс-flac) с двумя мазками подушечкой работающей

стопы с акцентом от себя:

а) в прямом положении,

б) в открытом положении вперед, в сторону и назад.

9. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку):

а) в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой,

б) в сторону в открытом положении и полуприседании с на клоном корпуса.

10. Большие броски (grand battements) полукругом на всей стопе:

а) с проведением ноги через 1-ю открытую позицию (balan

coirs).П.Толубец":

а) в сторону на 45° в прямом положении лицом к станку,

б) в сторону на 90° в прямом положении лицом к станку.

11. Револьтад на полу (без прыжка) и в прыжке на 45° лицом к станку (факультативно).

12. Подготовка к "штопору" по 1-й прямой позиции на полупальцах.

13 ."Штопор".

**РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 2/4, 4/4)**

1. Перекат - боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.

2. Переборы (pas bourree).

3 ."Ключ" дробный сложный.

4. "Ключ" хлопушечный.

5. "Маятник" в поперечном движении.

6. "Голубцы" поджатыми ногами с переходом на полупальцы.

7. "Веревочка":

а) простая и двойная с перетопами,

б) простая и двойная с "ковырялочкой",

в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая – на щиколотке спереди или сзади,

г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции,

д) простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360° 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:

а) растяжки в стороны на носки и на каблуки,

б) растяжки вперед на каблук одной ноги и на носок другой,

в) растяжка через вторую закрытую позицию на полуприседании на каблуки в стороны.

12 ."Ползунок" вперед и в сторону на пол и на воздух.

13. Прыжки:

а) с согнутыми ногами (одна спереди, другая сзади),

б) одна нога прямая, другая согнута в колене

спереди или сзади,

в) "гигантские шаги" на месте и по диагонали.

**МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 2/4, 4/4)**

1. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх на 30° в перекрещенное положение.

2. Мелкие переступания на полу пальцах на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону.

3. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.

4. Вращение в паре внутрь и наружу на подскоках.

5. Прыжок с поджатыми ногами.

6. "Ключ" молдавский (носок-каблук, носок-каблук разными ногами, соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами).

7. Тройные переборы ногами.

8. Подъем девушки за талию на месте и с переносом.

**ГРУЗИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 5/8, 6/8)**

Одной из выразительных особенностей грузинского народного танца является яркий контраст в исполнении женских и мужских танцев. Девушки, словно едва касаясь земли, плавно передвигаются по рисунку танца и только руки переходят из одного положения в другое. Танец юноши, наоборот, наполнен смелыми, энергичными, технически насыщенными

движениями с прыжками и вращениями. Легкий костюм, мягкая обувь, а также остро ритмическое музыкальное сопровождение барабана дают возможность активно проявить себя.

Изучение грузинского народного танца учениками способствует развитию танцевальной техники.

**Элементы танца**

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. "Хелсартави" - движения кисти руки (наружу, внутрь):

а) небольшие повороты (женские),

б) полные повороты в запястье (мужские).

4. Движения рук:

а) плавные переводы в различные положения "Картули", "Давлури",

б) "Самтиулуро" — сгибание рук со взмахом, одной спереди (перед грудью), другой сзади (на уровне талии),

в) "Чагреха" — круговые поочередные переводы от преплечья (мужское).

5. Ходы:

а) "Сада сриала" - шаг вперед на всю стопу с последующими двумя скользящими шагами на полупальцах.

б) "Ртуала" - шаг вперед с двумя последующими шагами, где

первый на полупальцах, а другие на всей стопе,

в) "Мухлура" - шаг вперед с последующим проскальзыванием ("сади" или прыжком "зехтомит") и одновременным сгибанием другой ноги в прямом положении у колена (мужское),

г) "Свла" - тройные переступания на полупальцах с удара ми подушечкой стопы по полу (с продвижением вперед, в сторону, назад и вокруг себя).

6. "Гасма" - скользящее движение ног:

а) "Сада сриала" — три поочередных скольжения вперед,

б) "Сарули" — три поочередных скольжения с остановкой у носка другой ноги,

в) "Чакрули" — удар полупальцами одной ноги по 5-й прямой сзади и двумя проскальзываниями вперед поочередно.

7. "Чаквра" - ударные движения ног (мужские):

а) "Сада" - два подскока на одной ноге, другая ставится на каблук, а затем на носок около носка другой ноги,

б) "Пехшлили" — полуприседание по 5-й открытой позиции с подскоком на полу пальцы во 2-ю закрытую позицию.

**ПОЛЬСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 3/4)**

1. Основной ход мазурки (pas gala).

2. Легкий бег (pas marche).

3. "Отбиянэ" - скольжение одной ногой с подбиванием ее другой.

4. "Голубец" — подбивание ноги подряд в сторону.

5. Подготовка к парному вращению.

6. Уступающий переход (dos a dos) на различных движениях.

7. Опускание на колено:

а) с шага,

б) с выпадом.

8. Обвод девушки за руку:

а) стоя на колене,

б) стоя на выпаде.

9. Вращение в паре внутрь (en dedan).

10. "Кабриоль" в сторону 45° в прямом положении.

11. "Обертас" - растяжка назад в полном приседании (мужское).

12. Заключение простое и двойное.

**ВЕНГЕРСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

**(музыкальный размер 4/4)**

Венгерский сценический танец построен на основе народного танца, но прошел большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения. Движения медленного танца отличаются величавостью и плавностью. Движения, исполняемые в быстром темпе, полны задора, огня и требуют большой четкости исполнения. Позы, повороты, общение с партнером, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено – все это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

**Элементы танца**

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. "Ключ" — удар каблуками:

а) одинарный,

б) двойной.

4. Заключение (усложненный "ключ"):

а) одинарное,

б) двойное.

5. Шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance).

6. Перебор - три переступания на месте с открыванием ноги на 35°.

7. "Веревочка" на месте, с продвижением назад и в повороте.

8. Развертывание ноги (battements developpe) вперед и в полу приседании:

а) с последующими шагами,

б )с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.

9. "Голубец":

а) простой с подгибанием ноги в сторону,

б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.

10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции.

**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.

**ИСПАНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

**(факультативно) (музыкальный размер 3/4)**

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. Переводы рук в различные положения.

4. Ходы:

а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское),

б) удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в полуприседании, с последующими двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед).

5. Соскоки:

а) в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание.

б) в 1-ю, 4-ю прямые и 5-ю свободную позиции на полупальцы в полуприседание.

6. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в полуприседании (pas balance) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.

7. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведениеми подъемом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (pas glissade), в координации с движением руки и наклоном корпуса.

8. Zapateado - поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции:

а) удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами,

б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним

или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди.

9. Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса.

10. Движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.

**Пятый год обучения (7 класс)**

Обучение в 6 классе является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение учащихся этого класса направленно на подготовку к поступлению в среднее профессиональное

образовательное учреждение.

**Экзерсис на середине зала**

1. «Праздничный поклон».

2. Припадания накрест (быстрое).

3. Ускоренная «гармошечка» (без plie) вокруг себя;

4. Простая и двойная с поворотом на 360 градусов в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах;

5. «Моталочка» с поворотом.

6. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.

7. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различом ритмическом рисунке.

8. Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и

сопуствующие им движения рук.

9. Дробные выстукивания в характере танца «Матаня» и «хлопушки».

10. Трюки мужского характера:

- «кольцо»;

- «пистолет»;

- «экскаватор»;

- «циркуль»;

- «Склепка»;

- «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы.

- «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

**Вращения на середине зала**

1. Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.

2. Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.

3. Вращение по 2 позиции невыворотно, стремительно.

4. Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.

5 Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями

народного танца.

**Вращения по диагонали зала**

1. Shaine (шене):

а) Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi-plie;

б) Shaine в сочетании с вращением на каблучок;

в) то же с двойным вращением –2 полугодие;

2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand- rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов –1 полугодие и на 90 градусов – во 2 полугодие.

3. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).

4. Вращения в характере пройденных национальных танцев.

5. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

**Вращения по кругу зала**

а) Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.

б) Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.

в) Вращения в характере изученных национальностей.

**Областные особенности русского народного танца Юг России (Курская область) Изучается танец «Тимоня».**

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерный рисунок танца.

2. Основные характерные движения рук (женские и мужские).

3. Основные ходы, шаги и элементы танца «Тимоня».

**Урал - танец «Шестёра»**

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

2. Основные положения рук, ног. Поклон.

3. Основные ходы, шаги и элементы танца «Шестера»:

**Запад России - танец «Смоленский гусачок».**

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

2. Основные характерные движения рук.

3. Основной ход и элементы танца «Смоленский гусачок».

**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. Рas de basque по I прямой позиции с pigue.

4. Рas balanсe: - из стороны в сторону;

5. Pas tombe вперед и назад с последующим переступанием;

6. «Ковырялочка».

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

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

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

10. Тombe-coupe (из позы в позу) в IV свободной позиции.

11. Соскоки в V позиции с jete-passe в сторону на 90 градусов.

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

**По окончании пятого года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;

- передавать национальный характер русского, калмыцкого, испанского,

венгерского и болгарского танцев;

- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;

- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца:

вращение, дроби - для девочек; различные виды присядок, «хлопушек» - для мальчиков;

- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

**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.

**Формы и методы контроля, система оценок**

**1. 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».

**2. Критерии оценок**

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств,

которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Оценка** | **Критерии оценивания выступления** |
| 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, не владение 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 |

**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.

**Методическое обеспечение учебного процесса**

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.

3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира (национальный материал может варьироваться).

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.

**Список рекомендуемой 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 - Орел, 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. Корлева З. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970

6. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. –Кишинев,1967

7. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962

8. Мальми В. Народные танцы Карелии. –Петрозаводск, 1977

9. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5

10. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969

11. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974

12. Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976

13. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970\_\_

14.Борзов А. А. Народно - сценический танец (методическая

разработка для хореографических отделений ДМШ и школ искусств 1-й год обучения) - М.,1985.

15. Борзов А.А. Народно - сценический танец (методическая разработка для хореографических отделений ДМШ и школ искусств 3-й

год обучения)- М.,1987.

16. Гергесова Т. Е, Бурятские народные танцы.- Улан-Удэ: Бурятское книжное издательство,2002.