

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Детская музыкальная школа №4»**

**Дополнительная общеразвивающая образовательная программа
«Народно-сценический танец»
Срок обучения 7 лет**

Старый Оскол 2014

«Одобрено»
Методическим советом
образовательного учреждения
МБОУ ДОД ДМШ № 4

«Утверждаю»
Директор – Умникова
Татьяна Владимировна
(подпись)

28.09.2014

дата рассмотрения

28.09.2014

дата утверждения

Разработчик:

Хорольская С. С.

преподаватель высшей категории
по классу хореографии
МБОУ ДОД ДМШ №4

Паршин В.В.

преподаватель первой категории
по классу хореографии
МБОУ ДОД ДМШ №4

Рецензент:

Антропцева Т.А.

преподаватель высшей категории
по классу хореографии
МБОУ ДОД «ДМШ №5»

Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа учебного предмета «Народно - сценический танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусства», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 № 191-01-39/06-гу.

Программа переработана и составлена на основе программы для хореографических отделений ДМШ «Народно - сценический танец» Москва 1983г. А.А. Борзов.

Народно - сценический танец является одним из основных предметов среди учебных дисциплин хореографического отделения.

Данная образовательная программа имеет общеразвивающую **направленность.**

Предмет "Народно - сценический танец" знакомит с истоками различных национальных танцевальных культур, а также с условиями жизни и историей той или иной народности, приобщая учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества. Разнообразные танцевальные этюды на народном материале прививают знание различных национальных стилей, развивают умение создавать народные характеры, передавать дух народности в танце. Раскрытие творческих способностей, активация потенциала детей, приобщение учащихся к культуре, традициям и обычаям разных народов является **актуальностью данной программы.**

Цель программы:

1. Формирование художественно-эстетического вкуса.
2. Расширение кругозора, активизация интереса к национальной культуре.
3. Развитие эмоциональности и танцевальной выразительности.
4. Развитие ансамблевого исполнения.
5. Развитие координации, хореографической памяти, внимания, формирование технических навыков.

6. Раскрытие индивидуальности.

Задачи:

1. Формировать художественный вкус участников ансамбля танца.
2. Формировать хореографические умения и навыки на основе программного материала.
3. Изучать и пропагандировать русский народный танец, а также изучать танцы других национальностей.
4. Развивать физические качества, концентрацию памяти, внимания, координацию движения.
5. Воспитывать сознательное отношение к своему здоровью, чувство моральной ответственности.
6. Воспитывать исполнителей, умеющих думать, с живым воображением и хореографической инициативой.

Сроки реализации:

Программа рассчитана на 4(5) года обучения (4-7(8) классы), вводится в программу учебного процесса с 4 класса.

Формы и методы обучения

Урок по предмету «Народно - сценический танец» проводится в форме группового практического занятия.

Основные методы работы преподавателя – хореографа на уроке - наглядный (практический качественный показ), словесный (объяснение), игровой (учебный материал в игровой форме), творческий (самостоятельное создание учащимися музыкально - двигательных образов).

Во время проведения урока возможна индивидуальная форма работы преподавателя с учащимися.

Формы и режим занятий

Формы учебных занятий: репетиционные; постановочные; информационные (беседа, лекция), практическое занятие.

Режим занятий: 4-й класс — 2 академических часа в неделю.

5,6,7,8- 3 академических часа в неделю.

Качество знаний, умений и практических навыков учащихся выявляются на контрольных уроках и дифференцированном зачёте. В 6 и 7(8) классах экзамен.

Формы подведения итогов реализации программы

4-й класс	1-ое полугодие	Контрольный урок	2-ое полугодие	зачет
5-й класс	1-ое полугодие	Контрольный урок	2-ое полугодие	зачет
6-й класс	1-ое полугодие	Контрольный урок	2-ое полугодие	экзамен
7-й класс	1-ое полугодие	Контрольный урок	2-ое полугодие	экзамен
8-й класс	1-ое полугодие	Контрольный урок	2-ое полугодие	экзамен

ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

В соответствии с поставленными целями и задачами по предмету «Народно - сценический танец» дополнительной общеразвивающей образовательной программы после освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Ожидаемые результаты I года обучения

Учащиеся должны знать:

1. название движений (терминология);
2. методику исполнения программного материала;

владеть:

3. постановкой корпуса, рук, ног, головы;
4. навыками координации движений;

уметь:

- понимать и исполнять указания преподавателя;
- передавать в движении характерные особенности русского народного танца, белорусского народного танца, танцев прибалтийских стран;
- 5. исполнять движения и танцевальные комбинации в характере русского, белорусского, литовского, немецкого танца;
- запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении программного материала.

Ожидаемые результаты II года обучения

Учащиеся должны знать:

1. последовательность и методику исполнения движений у станка и на середине;
2. основные движения белорусского парного танца «Крыжачок»;

3. основные движения итальянского танца «Тарантелла»;
4. исполнительские традиции русской пляски, русской кадрили;

владеть:

- быстрым запоминанием танцевальных комбинаций;
- техникой исполнения чешской польки;
- навыками координаций движений;

уметь:

1. передавать манеру и характер танцевальных движений и танцев, изучаемых народностей;
2. исполнять движения программных танцев;
3. перестраиваться из одной фигуры в другую;
4. самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
5. соблюдать композиционное построение танца на сценической площадке.

Ожидаемые результаты III года обучения

Учащиеся должны знать:

1. особенности стиля и характера украинского танца;
2. танцевальные традиции народов Поволжья;
3. областные особенности Курской области и Белгородско-воронежского региона;

владеть:

1. профессиональным вниманием;
2. развитой силой ног и выносливостью;
3. навыками техники исполнения народно-сценического танца;
4. танцевальной манерой и пластикой народно-сценического танца;
5. приемами актерского мастерства;

уметь:

1. исполнять танцевальные движения и комбинации в паре, в тройках:

2. исполнять усложненные танцевальные движения и комбинации в быстром темпе;
3. запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
4. выражать характер исполняемого материала;
5. распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении программного материала.

Ожидаемые результаты IV года обучения

Учащиеся должны знать:

1. терминологию народно-сценического танца;
2. метроритмические раскладки исполнения движений;
3. особенности и традиции изучаемых народностей;
4. основные этапы развития народно-сценического танца;

владеть:

1. культурой исполнения;
2. хореографической памятью;
3. техникой исполнения движений;
4. навыками актерского мастерства;

уметь:

1. передавать в движении сложные ритмические рисунки русских, молдавских, румынских и мексиканских танцев;
2. показать характер изучаемых танцев;
3. исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращения, дроби (для девочек), различные виды присядок, «хлопушек» (для мальчиков);
4. запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
5. распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении программного материала.

Ожидаемые результаты V года обучения

Учащиеся должны знать:

- терминологию народно-сценического танца;
- особенности исполнения польского, болгарского и венгерского танцев;
- особенности сольного и парного исполнения русского материала;;
- основные этапы развития народно- сценического танца;

владеть:

- высокой техникой исполнения;
- шущением позы, ракурса, пространства;
- навыками актерского мастерства;
- профессиональным вниманием;
- развитой силой и выносливостью;
- культурой исполнения;

уметь:

- передавать в танце характер и манеру исполнения на примере польского, болгарского и венгерского танцев;
- исполнять сольные и парные композиции;
- работой в быстром темпе;
- исполнять технически сложные комбинации, развернутые композиции, фрагменты и танцевальные этюды народно-сценического танца;
- исполнять хореографические произведения на разных сценических площадках;
- запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- ориентироваться на сценической площадке, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении программного материала.

Учебно-тематическое планирование

№	Наименование разделов и тем	Количество часов					
		Всего	4 класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
	Введение						
1	История возникновения и развития русского народного танца	1	1	-	-	-	
2	Виды русского танца и их исполнительские традиции	97	-	35	42	10	10
3	История возникновения и развития белорусского народного танца	1	1	-	-	-	
4	Разновидности движений русского народного танца. Методика и техника их исполнения	70	26	22	-	-	22
5	Фольклорное танцевальное искусство Белоруссии	31	16	15	-	-	
6	Танцевальное искусство народов Прибалтики	14	14	-	-	-	
7	Стилевые особенности танцев Белгородской области	43	6	12	9	-	16
8	Танцевальное искусство народов мира: Италия, Чехословакия, Финляндия (по выбору преподавателя)	14	-	14	-	-	
9	История возникновения и развития украинского танца.	1	-	-	1	-	
10	Танцевальное искусство Украины	30	-	-	30	-	

11	Фольклорное танцевальное искусство народов Поволжья: Татария, Башкирия, Мордовия (по выбору преподавателя)	16	-	-	16	-	
12	Танцевальное искусство Молдовы. Жок, Хора, Молдовеняска (по выбору преподавателя)	12	-	-	-	12	
13	Фольклорное танцевальное искусство народов Восточной Европы: Болгарии, Румынии (по выбору преподавателя)	37	-	-	-	12	25
14	Танцевальное искусство народов мира: Израиль, Шотландия, Греция (по выбору преподавателя)	12	-	-	-	12	
15	Танцевальное искусство России, Украины, Белоруссии на основе репертуара государственных ансамблей танца (по выбору преподавателя)	18	-	-	-	18	
16	Фольклорное танцевальное искусство народов Восточной Европы: Польша, Венгрия (по выбору преподавателя)	41	-	-	-	16	25
17	Танцевальное искусство народов мира: Мексика, Венесуэла, Испания (по выбору преподавателя)	18	-	-	-	18	
18	Контрольные уроки	20	4	4	4	4	4
	Всего:	476	68	102	102	102	102

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы по учебному предмету «Народно-сценический танец» направлено на знакомство с танцевальной культурой разных народ.

Первый год обучения (4 класс)

Введение в предмет

Цель и задачи изучения дисциплины «Народно-сценический танец». Период обучения. Требования к предмету. Объём учебного времени. Формы и методы контроля, критерии оценок. Результативность освоения предмета народно-сценический танец.

Раздел 1. Искусство народно-сценического танца

Место и роль народно-сценического танца в развитии хореографии. Истоки развития русского танца. Виды русского танца. Государственные академические ансамбли танца. Белорусский народный танец. Лексический материал белорусского народного танца. Знакомство с белорусским танцевальным костюмом. Литовский народный танец. Характеристика особенностей танцев Прибалтийских стран. Танцевальный костюм литовского народа. Знакомство с немецким танцевальным материалом на примере танца «Драйштайрер». Характеристика музыкального и танцевального материала Германии. Немецкий женский и мужской костюм .

Раздел 2. Дисциплина «Народно-сценический танец»

В задачу первого года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время освоения и исполнения простейших элементов на «середине» зала. Развитие элементарных навыков координации движений.

Рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций на материале русского и белорусского народных танцев, а так же одного из танцев прибалтийских республик. Это делается специально для того, чтобы

дать обучающимся определенную базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение. На конкретных примерах показать стилистические особенности элементов разных народных танцев. При изучении немецкого танцевального материала работа осуществляется в тройках.

На первом году обучения в работе используется только первая прямая позиция ног, первая и третья свободные позиции. Положения и позиции рук используются все.

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 богат разнообразием движений, композиционных построений. В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, В учебной программе русский танец может быть достаточно широко представлен со всеми его видами: хоровод, кадрили, пляска и полька. Поэтому предлагается его освоение в течение всего срока обучения.

1. Основные положения ног:

- позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые,
- 1-я и 2-я закрытые.

2. Основные положения рук:

- подготовительное, первое, второе;
- подготовка к началу движения;
- положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Элементы русского народного танца

1. Раскрытие и закрытие рук:

- одной руки;
- двух рук;
- поочередное открывание рук;
- переводы рук в различные положения.

2. Поклоны:

- на месте без рук и с руками;
- поклоны с продвижением вперед и отходом назад;
- праздничный женский и мужской поклон.

3. Притопы:

- одинарные на сильную и слабую долю;
- двумя ногами (печатка);
- тройные.

4. Основные шаги:

- танцевальный шаг вперед;
- простой (бытовой) с каблука;
- назад через полупальцы на всю стопу;
- шаг с притопом и продвижение вперед и отходом назад;
- переменный шаг с продвижением вперед и отходом назад;
- девичий шаг с переступанием;
- боковой шаг на всей стопе и на полупальцах (приставной).

5. «Гармошка»

6. «Елочка»

7. Припадание в сторону по 3-ей свободной позиции.

8. Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробным выстукиваниям)

9. Бег на месте с продвижением вперед и отходом назад на полупальцах

10. Подскоки на месте, с продвижением вперед и назад

11. «Молоточки»

12. «Моталочка»

13. Подготовка к «веревочке»

14. «Ковырялочка»:

- с подскоком;
- без подскока.

15. «Ключ» простой

16. Дробные движения:

- удары полупальцами;
- переборы по 3-ей свободной позиции полупальцами;
- удары каблуком;
- «дробная дорожка»;
- «двойная» дробь на месте с продвижением вперед в повороте вокруг себя;

- в «три ножки» или «трилистник».

17. Вращения на подскоках по диагонали и на месте

18. Мужская техника

19. Хлопки и хлопушки:

- одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары);
- в ладоши;
- по бедру;
- по голенищу сапога.

20. Подготовительные движения к присядкам и полуприсядкам (плавное и резкое опускание вниз):

- по первой прямой;
- первой, второй свободной позициям;
- «мячик» - подскоки по первой прямой позиции;
- «мячик» - подскоки по первой, второй свободной позициям;
- подскоки на две ноги с выходом на каблук вперед, в сторону, на воздух.

Белорусский народный танец

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу понятен детям. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны и пользуются большой популярностью.

На первом году обучения предлагается танец «Бульба». Характер движений этого танца легкий и «трамплинный».

1. Положение корпуса, ног в танце.

2. Положения рук в массовом танце.

3. Основные ходы и движения:

- ход «трясучка»;
- соскок по 6-ой позиции на полупальцах с поочередным отбрасыванием;
- согнутых в коленях ног назад;
- перескоки из стороны в сторону (pas de basque);
- тройной притоп с наклоном корпуса вперед;
- подскок с переступанием на месте;
- подскок с тройным переступанием на месте с наклоном корпуса вниз;
- боковой галоп;
- полька с вращением.

Танцы Прибалтийских стран (Литовский народный танец)

Эстонские Литовские и Латвийские танцы не очень сложны технически и доступны для усвоения детьми этого танцевального материала. Композиция этих танцев и их игровое содержание помогают развивать координацию и выносливость. На первом году обучения предлагаются элементы литовской польки. Характер движений легкий, свободный без резких смен ритма.

1. Положение корпуса, ног и головы в танце

2. Положение рук в танце (женское, мужское, в паре)

3. Основные ходы и движения польки:

- простые подскоки: на месте, вокруг себя, с продвижением вперед, назад, в сторону;
- простые подскоки с хлопками, наклонами корпуса;
- простые подскоки в повороте, парами под руки;
- «галоп» в сторону.

4. Разновидности основного шага польки:
- маленькие шажки на низких полупальцах;
 - крупные шаги с большим продвижением вперед.

Немецкий танец «Драйштайер»

Родина танца Бавария. Танец исполняют втроем: юноша в середине и девушки по бокам. Композицию танца украшают многочисленные фигуры: «узелок», «двойной узелок», «звезда» и т.д. В 1-ой и 3-ей частях танца исполнители плетут различные рисунки, не разъединяя рук, во второй части они танцуют, не держась за руки. Темп средний, к концу танца немного убыстряется.

1. Основное положение корпуса, ног и головы
2. Основные движения:
 - переменный ход вперед;
 - вращение переменным ходом;
 - valance в сторону;
 - хлопушки с прыжком;
 - хлопушки по ноге, поднятой впереди и отведенной назад;
 - опускание на колено.

Второй год обучения (5 класс)

Раздел 1. Искусство народно-сценического танца

Исполнительские традиции русской кадрили на примере «Уральской шестеры». Характерные черты исполнения русского хоровода. Знакомство с итальянским танцевальным искусством на примере танца «Тарантелла». Манера и характер исполнения итальянского танца. Танцевальный костюм Италии. Особенности белорусского парного танца «Крыжачок». Чешская полька. Характер, манера, танцевальный костюм.

Раздел 2. Дисциплина «Народно-сценический танец»

Главными задачами второго года обучения является дальнейшее развитие навыков координации и танцевальности, воспитание музыкального вкуса у обучающихся, совершенствование природных физических данных. Раздел включает изучение элементов у станка, которые затем можно вынести на середину зала, а так же изучение более несложные танцевальных комбинаций. Изучаются элементы русского, белорусского, вводятся элементы итальянского и чешского танцев.

Упражнения у станка:

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца
2. Подготовка к началу движения (preparation):
 - движение руки;
 - движение руки в координации с движением ноги.
3. Переводы ноги из позиции в позицию:
 - скольжением стопой по полу (battements tendus);
 - броском работающей ноги на 35 градусов;
 - поворотом стоп.
4. Приседания по 1-ой 2-ой 3-ей открытым позициям.:
 - полуприседания (demi plie);
 - полное приседание (grand plie).
5. Приседания по прямым и открытым позициям, переводя ноги указанными приемами.
6. Упражнения с напряженной стопой (battements tendus) из 1-ой прямой позиции на каблук:
 - с полуприседанием на опорной ноге;
 - с полуприседанием в исходной позиции.
7. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-ой, 5 –ой открытых позиций вперед в сторону и назад:
 - с полуприседанием в исходной позиции;
 - с полуприседанием в момент перевода работающей ноги на каблук.
8. Маленькие броски (battements tendus Jetes) вперед в сторону, назад и с pir

les pied.

9. Battements каблучный низкий (от sou-de-pied)

10. «Веревочка» простая, «косынка»

11. Разворот работающей ноги на 45 градусов (battements developpes) вперед, в сторону назад на вытянутой ноге.

12. Подготовка к «чечетке» (flic-flac) мазки подушечкой стопы по полу от себя к себе по 1-ой прямой позиции.

Элементы русского народного танца

- Поочередное раскрытие рук (приглашение)
 - Движения рук с платком из подготовительного положения в 1-ое положение и в 4-ую, 5-ую позиции
 - Бытовой шаг с притопом.
 - «Шаркающий шаг»
 - каблуком по полу с продвижением вперед;
 - полупальцами по полу с отходом назад.
5. «Переменный шаг»
- а) с притопом и продвижением вперед и назад;
 - б) с фиксацией открытой ноги впереди и сзади.
6. Боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги
7. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на носок или ребро каблука на месте или с отходом назад
8. «Моталочка»
- в прямом положении на полупальцах;
 - с акцентом на всю стопу
9. «Веревочка» :
- подготовка к веревочке с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно;
 - простая с поочередными переступаниями на ребро каблука вперед и в сторону;

– «косынка».

10. «Ковырялочка» с подскоками

11. «Ключ» три вида

12. Дробные движения:

– простая дробь на месте;

– двойная дробь (поочередное выстукивание всей стопой) на месте и с продвижением вперед;

– дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед;

– тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой).

13. «Молоточки» основной ход танца «Уральская шестера»

14. Присядки для мальчиков:

– присядка по первой прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед («мячик» лицом к станку);

– присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед в сторону по 1-ой прямой и открытой позициям.

15. Вращения:

- на полупальцах;

- на беге с отбрасыванием согнутых ног назад (на месте, по диагонали, по кругу).

Русская кадриль

На примере танца «Уральская шестера».

Эта кадрильная пляска бытует во многих районах Урала. В ней 6 фигур исполняемых под 6 различных мелодий. Участвуют 6 исполнителей. 4 девушки и 2 парня. По характеру «шестера» стремительная, жизнерадостная, энергичная пляска.

1. Основные положения корпуса, ног и головы в танце

2. Основные положения рук в сольном и массовых танцах

3. Основные ходы и движения:

- переменный шаг вперед с носка и ребра каблука;

- тройной притоп;
- припадания (боковой ход);
- ход – «молоточки»;
- дробный ход назад с отходом назад;
- ключ с хлопками;
- «ковырялочка» в сторону;
- вальсовый поворот с ходом «молоточки»;
- «разножка» в сторону на ребро каблука;
- хлопушки.

Белорусский народный танец

На примере танца «Крыжачок»

Основные положения корпуса , ног и головы

Положения рук в сольном исполнении

Положения рук в парах

Основные ходы и движения:

- основной ход танца;
- основной ход в повороте на месте парой;
- притопы одинарные с разворотом корпуса на 45 градусов;
- поочередное выбрасывание ног на каблук, на носок вперед;
- тройные притопы с наклоном корпуса;
- «веревочка» с переступанием и отходом назад;
- присядка с выведением ноги на носок вперед на полуприседании
- верчение под рукой партнера.

Исполнительские традиции русского хоровода (по усмотрению преподавателя)

Хоровод – самый распространенный вид русского танца. Его танцуют по всей России. Существует множество вариантов построения этого танца: линейные, круговые (танцы народов севера) .

Предлагается смешанный Северный хоровод - «Ходечи». Он исполняется величаво, торжественно.

Как варианты можно использовать фрагменты хороводов из репертуара ансамбля «Березка», Воронежского хора (по выбору преподавателя)

Итальянский сценический танец

На примере танца «Тарантелла»

Сценическая форма танца довольно близка к народной. Исполнение танца требует хорошей техники, выразительности корпуса и четкой координации движений. Много внимания следует уделить движениям рук с тамбурином, которые отражают национальный колорит, темперамент народа. Характер танца быстрый, жизнерадостный.

1. Положение корпуса, ног, головы

2. Положения рук в сольных и массовых танцах

3. Основные ходы и движения:

- острые подскоки на полупальцах;
- скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте с продвижением назад);
- шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад;
- бег на месте и с продвижением вперед (*pas emboites*);
- перескоки с ноги на ногу (*pas balance*);
- соскок 2-мя ногами во вторую свободную позицию с подниманием ноги согнутой в колене перед собой;
- галоп;
- шаг в сторону с двумя последующими переступанием (*pas balance*);
- соскоки во 2-ую позицию (*pas echarpe*).

4. Движения рук с тамбурином:

- удары пальцами и тыльной стороной ладони;

– мелкие непрерывные движения кистью «трель».

Танцевальное искусство Чехии

На примере чешской польки.

Это парно- массовый танец с большим разнообразием рисунков. Для польки типичны вращения женские. особенно парные. Характер движений легкий, жизнерадостный.

1. Положения корпуса , ног и головы
2. Положение рук в сольных и массовых танцах
3. Основные ходы и движения:
 - простой шаг с носка;
 - шаг с подскоком с продвижением вперед и разворотом на 180 градусов;
 - подскоки с переступание на мелких шажках;
 - вращения на простых шагах;
 - вращения на подскоках с переступанием мелкими шажками;
 - галоп;
 - прыжки с поджатыми ногами по первой прямой позиции;
 - выпады из первой прямой позиции ног в четвертую.

Третий год обучения (6 класс)

Раздел 1. Искусство народно-сценического танца

Исполнительские традиции групповой пляски на примере танца «Тимоня». Женские и парные танцы на примере танцевального искусства Украины. Танцевальное искусство Поволжья. Традиционные занятия и трудовые процессы народов Поволжья, отразившиеся в танцевальной культуре. Стилевые особенности танцев Белгородской области. Фольклорный танец Белгородско-Воронежского региона.

Раздел 2. Дисциплина «Народно-сценический танец»

Раздел предлагает дальнейшее изучение элементов у станка более сложных, требующих соответствующей координации и силовой нагрузки. С этого года активнее работают руки. Добавляются перегибы корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение не сложных парных комбинаций на материале русского, украинского, молдавского и татарского танцев. Изучение местных музыкальных и танцевальных традиций. Использование их в учебных этюдах.

Упражнения у станка:

1. Приседания резкие и плавные по 1-ой, 2-ой и 5-ой открытым позициям и 1-ой прямой.
2. Скольжения стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием ее на ребро каблука и demi- plie на опорной ноге
3. Маленькие броски: (battements tendus jetes)
 - с двумя ударами работающей ноги по 5-ой открытой позиции вперед, в сторону, назад;
 - сквозные по 1-ой открытой позиции (balancoirs) с ударом каблука опорной ноги в полуприседании.
4. Круговые скольжения по полу: (rond de jambe par terre)
 - носком с остановкой в сторону или назад;
 - ребром каблука с остановкой в сторону или назад.
5. Повороты стопы (pas tortille):
 - одинарные;
 - двойные
6. Battements fondu на 45 градусов на всей стопе
7. Простая , двойная “ веревочка”с выносом ноги на ребро каблука вперед, в сторону
8. Battements каблучный на 45 градусов
9. Battements developpe на 90 градусов вперед в сторону, назад (плавные и резкие)

10. Подготовка к «чечетке» (Flic-flac) в открытом положении вперед, в сторону, назад

11. Опускание работающей ноги на колено у носка или каблука опорной ноги с возвращением в открытое положение на носок, в сторону, назад

- с шага;

- с прыжка.

12. «Веер» на воздух

13. Повороты у станка:

- плавные на обеих ногах по 5-ой открытой позиции;

- в полуприседании и на вытянутых ногах.

14. Подготовка к «качалке»

15. «Качалка»

16. Маленькие голубцы лицом к станку

Элементы русского танца

- «Моталочка» в прямом положении на полупальцах

- «Веревочка» :

- на полупальцах;

- с двойным ударом полупальцами;

- простая с поочередными переступаниями;

- двойная с поочередными переступаниями.

3. «Ковырялочка» на подскоках

4. Дробные движения:

– простая дробь на месте;

– простая дробь полупальцами на месте;

– дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

5. Вращения:

- на каблуках;

- с двойной дробью;

- комбинированные с бегом, с соскоком.

6. Присядки для мальчиков

- с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед, в сторону по 1-ой прямой и открытой позициям;
- с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону;
- с продвижением в сторону с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону.

7. Хлопки и хлопущки для мальчиков

- удары руками по голенищу сапога спереди и сзади;
- фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога;
- по груди и по полу;
- поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади;
- по голенищу сапога спереди крест-накрест.

Украинский народный танец

Наиболее популярные на Украине танцы – «Гопак», «Казачок». Это парные танцы, в которых танцоры стремятся выразить ловкость, силу, удаль. Так же существуют чисто женские танцы: «Веснянка», «Подольянка» и т.д.

1. Положение корпуса, ног и головы
2. Положения рук в сольном исполнении
3. Положения рук в парных комбинациях
4. Основные ходы и движения:
 - простые и сложные поклоны на месте с руками и без рук;
 - медленный женский ход на простых шагах;
 - ход назад с остановкой на третьем шаге (работающая нога в открытом положении впереди);
 - «дорожка» (припадание) с продвижением в сторону и споворотом в конце;
 - «дорожка плетена»;
 - «бигунец» – стремительный ход вперед;

- «поход вильный» – поочередные удлиненные прыжки вперед;
 - «тынок»;
 - «метелочка»;
 - «выхилясник»;
 - «выхилясник с угинанием»;
 - «веревочка» простая, с переступанием и в повороте;
 - «голубцы» на месте, с продвижением в сторону, с притопом;
 - “обертаз”.
5. Присядка с подниманием ноги в сторону
 6. Присядка с подниманием ноги вперед согнутой в колене перед собой
 7. «Разножка» в сторону на ребро каблука (мальчики)

Танцевальное искусство народов Поволжья:

Татария, Башкирия (по выбору преподавателя)

Танцевальный материал, манера исполнения, композиционное построение танцев этих народов отражают традиционные занятия, трудовые процессы народов Поволжья. Характер танцев спокойный, сдержанный в башкирских женских медленных танцах и быстрый, игровой в татарских парных танцах

Медленный женский башкирский танец

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Положение рук в сольном женском танце
3. Основные ходы и движения:
 - мелкие шажки на полупальцах;
 - танцевальный шаг вперед с притопом на третьем шаге;
 - приставной шаг в сторону с ребра каблука;
 - «трилисник»;
 - плетеная дорожка;
 - шаг вперед с уколом носка работающей ноги.

Татарский танец

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук в женском и мужском танце.
3. Положения рук в парных и групповых танцах.
4. Основные ходы и движения:
 - мелкий шаг с ребра каблука;
 - длинный шаг с последующими двумя переступаниями;
 - подскок с вынесением ноги на каблук;
 - «гармошка» в сторону, вокруг себя с выходом ноги на sou-de-pied сзади;
 - подскок на опорной ноге с разворотом работающей ноги из закрытого положения в открытое перед собой на ребро каблука на месте и с продвижением в сторону;
 - соскоки по 2-ой позиции с фиксацией работающей ноги сзади на sou-de-pied;
 - выброс работающей ноги от колена опорной ноги в сторону на 90 градусов;
 - верчение на месте с падением на одну ногу.

Исполнительские традиции групповой пляски

К изучению предлагается материал на примере танца «Тимоня» или «карагода». Так называют местные жители Курской области свой танец.

Групповая пляска не должна быть сложной по рисунку. Традиционное построение парами и тройками. Основной четкий ритм пляски - дробь «в две ноги». Изредка на конец фразы пляшущие одновременно невысоко подпрыгивают. Характер пляски веселый и энергичный.

1. Основные положения рук и корпуса в женском танце:

- две руки, присогнутые в локтях, поднимаются через сторону вверх. Кисти рук, повернутые ладонями вперед, находятся на уровне головы, пальцы обеих рук быстро- быстро шевелятся (трепещут как крылья жаворонка);

- «муку сеять» - обе руки, слегка согнутые в локтях, подняты перед собой на уровне груди. Локти направлены в стороны, кисти опущены чуть ниже уровня локтей. Ладони обеих рук обращены вниз и слегка вытянуты вперед. Руки двигаются из стороны в сторону. Правая рука делает акцент от себя на первую сильную долю каждого такта, как бы работая с ситом;

- правая рука, сгибаясь в локте, медленно (на $\frac{1}{2}$ куплета) поднимается вверх, впереди корпуса, а на вторую часть куплета правая рука медленно опускается вниз, а левая поднимается.

2. Основные положения рук и корпуса в мужском танце:

- правая рука высоко поднимается вверх в сторону, в то время как левая - опускается в сторону вниз. Далее происходит смена положения рук;

- корпус наклонить вперед и повернув его немного вправо, юноша смотрит снизу вверх на девушку. Правая рука при этом, согнута перед собой на уровне груди, а левая рука в прямом положении отведена за спину. Кисти обеих рук сжаты в кулаки и не прикасаются к корпусу. При перемене рук, меняется положение корпуса, ноги при этом притопывают на каждую четверть, продвигаясь вперед.

3. Основные ходы и движения:

- пружинистый шаг с ребра каблука на все стопу;

- ход «в две ноги»;

- ход «в две ноги» с добавлением соскока в конце музыкальной фразы.

Стилевые особенности танцев Белгородской области. Фольклорный танец Белгородско-Воронежского региона

1. Основные положения и движения рук и корпуса в женском танце

2. Основные положения и движения рук и корпуса в мужском танце

3. Основные ходы, движения:

— переменный шаг;

— прибивы пятками по очереди;

— двойной приставной шаг с прибивом;

— ход назад «елочкой»;

- дробные выстукивания;
- «пересек»;
- соскоки с правой ноги на левую;
- удары ладонями по ногам;
- хлопки в ладоши.

Бытовые танцы: полька «Птичка», полька «Бабочка», «Светит месяц», «Краковяк», «Матаня». По выбору преподавателя.

Четвертый год обучения (7 класс)

Раздел 1. Искусство народно-сценического танца

Исполнительские традиции пляски на примере танцев «Барыня», «Камаринская». Знакомство с танцевальным искусством Молдавии. Традиционный костюм и музыкальное сопровождение молдавских танцев. Особенности исполнения румынского танца: массовые, парные. Традиционный костюм Румынии. Танцевальное искусство Мексики. Особенности построения танцев Мексики. Танцевальный костюм.

Раздел 2. Дисциплина «Народно-сценический танец»

Четвертый год обучения включает в себя изучение новых элементов у станка и на середине зала, элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером. Продолжается изучение элементов русского, молдавского, румынского, мексиканского танцев. Уделяется большое внимание умению раскрыть в изучаемых танцах манеру и характер исполнения. К концу учебного года составляются более сложные развернутые комбинации и композиции.

Упражнения у станка:

1. Полуприседания, полные приседания, плавные и резкие по 1-ой, 2-ой, 4-ой и 5-ой открытым и прямым позициям
2. Скольжение стопой по полу (battements tendus):
 - с одним притопом по 5-ой позиции;
 - с двумя притопами;

– с demi- plie на опорной ноге.

3. Battements tendus jetes:

- с одним ударом по 5-ой позиции;
- с двумя ударами по 5-ой позиции;
- с balancoirs.

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

- носком;
- носком по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой вперед или назад (обводка);
- ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в перед или назад (обводка).

5. Battements developpes на 90 градусов в полуприседании на опорной ноге вперед в сторону назад (плавное и резкое)

6. «Чечетка» (flic-flac) в открытом положении вперед , в сторону , назад по пятой позиции

7. «Чечетка» (flic-flac) с подскоком на опорной ноге

8. Grands battements

9. Подготовка к «штопору» по 1-ой прямой позиции на полупальцах у станка

10. «Штопор»

Русский народный танец

1. Перекат – боковой ход с каблука на все стопу и полупальцы

2. Переборы по 5-ой позиции

3. «Ключ» хлопучечный

4. «Маятник»

5. «Веревочка»

- простая и двойная с переборами;
- простая и двойная с «ковырялочкой»;
- простая и двойная с перескоком на одну ногу с фиксацией ноги на sou-de-pied впереди;

- простая и двойная в повороте на 360 градусов.

7. «Ножницы»

Исполнительские традиции русского массового пляса

Массовый пляс распространен в народе и в наше время. Его можно увидеть на свадьбах, праздниках, гуляньях. Пляс исполняется под те же мелодии, что и перепляс и одиночная пляска. Пляшут его всегда в быстром темпе и задорно. В каждой местности их пляшут разнообразно в соответствии с установившимися традициями данной области.

Изучение пляса на примере танцев «Барыня», «Камаринская» (по выбору преподавателя).

Танцевальное искусство Молдовы

Танцевальное искусство Молдавии широко представлено в танцах: «Хора», «Жок», «Молдавеняска», «Сырба», «Буккурия». Характер этих танцев от медленных, величавых до быстрых, темпераментных.

Молдавский танец «Хора»

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук в женском массовом танце
3. Ходы и движения:
 - переменный ход;
 - боковой ход на одну ногу;
 - шаг в сторону с выносом другой ноги на 40 градусов в перекрещенном положении;
 - шаг в сторону с выносом другой ноги на 40 градусов в перекрещенном положении с добавлением rond по воздуху;
 - плетеная дорожка;
 - pas balance.

Молдавский танец «Молдавеняска»

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук в женском массовом танце

3. Ходы и движения:

- шаг с подскоком;
- легкий бег;
- боковой ход на одну ногу;
- шаги с каблука с последующим соскоком;
- «ключ» - молдавский (каблук, каблук, соскок на 2 ноги и прыжок с поджатыми ногами).

4. Повороты и вращения в паре мелкими переступаниями на полупальцах

5. Парные переходы на подскоках (до-за-до)

Танцевальное искусство Румынии

Румынский танец издавна являлся неотъемлемой частью всех праздников, массовых гуляний, свадеб. Румынские танцы подразделяются на женские, мужские и парно-массовые. К последнему относится танец «Машумауа». Для композиции характерны круг, линии, диагонали. Танец исполняется в одном едином, пульсирующем ритме. Темп средний, но к концу убыстрается.

1. Основные положения корпуса, ног и головы

2. Основные положения рук в женском, мужском и парно-массовом танце

3. Ходы и движения:

- основной ход – легкий бег с акцентированным подъемом колена вперед;
- легкий бег с выбивание ноги вперед;
- переступание с носка на каблук с акцентированным соскоком на одну ногу;
- подскок с переступанием ноги вперед накрест;
- соскоки из 1-ой прямой во 2-ую позицию с поочередным выбрасыванием ног в сторону;
- удары всей стопой перед собой с переступанием на полупальцах;
- синкопированные переступания по 5-ой открытой позиции;
- повороты и вращения в паре;

- синкопированные хлопки в ладоши (мужское).

Танцевальное искусство Мексики

В основе хореографического искусства Мексики лежит танцевальный фольклор, который сочетает древние танцы коренного населения индейцев и традиции испанских танцовщиков. В начале XVI века испанцы, начав массовую колониализацию Мексики привезли фламенко, польку и другие европейские танцы того времени, которые нашли свое отражение в мексиканской танцевальной культуре. Флейта, барабаны, маракасы, гитары были и есть отличительной чертой народной музыки Мексики. Характер исполнения танцев живой, энергичный, невозмутимый. Танцевальный темп умеренно-быстрый.

1. Основные положения корпуса, ног и головы

2. Основные положения рук (женское, мужское)

3. Ходы и движения танца:

- основной одинарный дробный ход;
- двойной дробный ход;
- комбинированный;
- акцентированные переступания по 5-ой открытой позиции типа *pas de bourree*;
- мелкие одинарные переступания по 5-ой открытой позиции с продвижением в сторону;
- «веревочка» простая, сложная;
- повороты;
- прыжок на опорную ногу, работающая нога выполняет «веер» с разворотом корпуса ;
- соскок вперед по 1-ой прямой позиции и отскок назад дробными выстукиваниями.

4. Работа девушек с юбкой

5. Работа юношей со шляпой (самбрера)

Пятый год обучения (8 (9) класс)

Раздел 1. Искусство народно-сценического танца

Исполнительские традиции русской парной и сольной пляски. Танцевальное искусство Польши. Особенности музыкального оформления и костюма польского танца. Танцевальное искусство Болгарии. Традиции, музыкальное оформление и костюм болгарского танца. Знакомство с танцевальным искусством Венгрии. Особенности лексического материала венгерского танца. Музыкальное оформление и традиционный костюм венгерского танца.

Раздел 2. Дисциплина «Народно-сценический танец»

Усложняются комбинации у станка и на середине зала. Движения исполняются в быстром темпе. Много внимания уделяется танцевальной технике. Даются развернутые этюды, в которых большое внимание уделяется характеру и манере исполнения.

Изучается танцевальный материал русского парного и сольного танца. А так же происходит знакомство с танцевальным искусством восточной Европы на примере польского, болгарского, венгерского танцев.

Русский танец

Исполнительские традиции русской парной и сольной пляски (женской, мужской) изучаются на фрагментах из репертуара ансамблей И.Моисеева, Воронежского хора, Северного русского хора и т.д. (по выбору преподавателя)

Танцевальное искусство Польши

Одним из популярнейших польских танцев - «Краковяк». Родина танца Краков. В народе танец исполняется с припевками под оркестр народных инструментов. В танце много разнообразных фигур. Почти все его движения построены на небольших прыжках и подскоках, позы строго выдерживаются. В танце есть соло отдельной пары. Характер исполнения

темпераментный, четкий. От начала и до конца танец идет в одном быстром темпе. Заканчивается исполнение танца движением «цвал».

Танец «Краковяк»

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук в паре
3. Ходы и движения танца:
 - «цвал» (стремительный ход типа галопа);
 - голубцы с притопом;
 - «кшэсаны»;
 - перескок девушки перед юношей от одного плеча к другому, который заканчивается тремя притопами;
 - опускание юноши в колено;
 - повороты на каблуках (женские);
 - парное вращение с голубцом.

Танцевальное искусство Болгарии

Виртуозные танцы Болгарии самый распространенный вид народного творчества. Неповторимый темперамент, изумительный вкус, потрясающая изобретательность народа, выражена в обрядовых, трудовых, карнавальных, праздничных танцах. Они являются не очень сложными по композиции рисунка, но движения ног у них разнообразны, технически сложны и удивительно красивы. Во всех областях страны имеются свои наиболее характерные танцы. Особенно ими славятся Шопская и Фракийская области. Танцам этих областей свойственны трамплинные прыжки. Танцующие исполнители держатся за руки. В танце есть ведущий и замыкающий. Они держат всегда в руках платок. По взмаху платка танцующие быстро меняют направление движения танца. Танцевальный темп умеренно-быстрый.

Танец «Шопско-Хоро»

1. Основные положения корпуса, ног и головы
2. Основные положения рук в массовом танце

3. Ходы и движения танца:

- ход на соскоке с последующим переступанием на полупальцах одной ноги и выносом другой согнутой в колене назад;
- ход вперед с подтягиванием работающей ноги к опорной;
- переступание крестом и подскоки;
- подскоки и ножницы;
- подскок на одной ноге и удар всей стопой другой ноги в 4-ую прямую позицию с наклоном корпуса к этой ноге;
- перескок на одну ногу и удар пяткой другой ноги о пол;
- соскоки по 6-ой позиции вперед назад;
- круговое движение ногой по полу.

Танцевальное искусство Венгрии

Танцевальное искусство Венгрии имеет древние традиционные корни. Лучшие его образцы стали достоянием мировой танцевальной культуры. К ним относится танец «Чардаш». Гордую и подчеркнуто-подтянутую посадку корпуса с неудержимым темпераментом нельзя спутать ни с каким другим танцем. Движения исполняются в быстром темпе, полны задора и требуют высокой четкости исполнения. Позы, повороты, общение с партнером, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено - все эти элементы характерны для венгерского танца.

Изучение венгерского материала на примере парного танца «Чардаш»

1. Основные положения корпуса, ног и головы

2. Основные положения рук в парно- массовом танце

3. Ходы и движения танца:

- основной ход с каблука;
- одинарные переступания из стороны в сторону;
- «велосипед» - резкий выброс поочередно ног из 1-ой прямой позиции вперед на высоту 35 градусов;
- «глюч»-удар каблуками (одинарный, двойной);
- вращения типа soutenu;

- парное вращение с перекрестным ходом;
- парные соскоки с полупальцев на всю стопу;
- вращение под рукой партнера, с отбрасыванием ног назад;
- вращение девушек на месте на каблуках;
- «шэн» на мелких переступаниях в повороте заканчивающийся «ключом»;
- хлопушка с ключом;
- хлопки и хлопушки с отскоками со стороны в сторону;
- хлопушки по голенищу сапог обеих ног (по усмотрению преподавателя).

Методическое обеспечение

Успешное решение поставленных задач на уроках народно-сценического танца возможно только при использовании открытых педагогикой принципов и методов обучения. В курсе обучения народно-сценического танца применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения, с его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Рекомендуемая литература:

1. Борзов А.А. Танцы народов СССР, М.; ГИТИС, 1983
2. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья, Самара; «Самарский университет», 1992
3. Климов А.А. Основы русского народного танца, М.; Искусство, 1981 4. 4.
4. Русские танцы. Сборник. М.; 1993
5. Ткаченко Т.П. Народный танец, М.; Искусство, 1967
6. Ткаченко Т.П. Народные танцы, М.; Искусство, 1975
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца, М.; «Владос», 2004г.
8. Веретенников И.И. Белгородские Карагоды, Белгород; издательство «Везелица», 1993
9. «Танцы разных народов», М., «Молодая гвардия», 1958г.