


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ИСМАИЛОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ДЮРТЮЛИНСКИЙ РАЙОН  
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**

Согласовано:  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 4  
От 28 августа 2020 г.

Утверждаю:  
Директор МБУ ДО  
Исмаиловская ДШИ

  
Кривко Д.К.  
Приказ № 12 от 29.08.2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В  
ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

По учебному предмету

**НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

Срок реализации – 3 года

**с. Исмаилово 2020**

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

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

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

- *Сведения о затратах учебного времени;*
- *Требования по годам обучения.*

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

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

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

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

- *Методические рекомендации педагогическим работникам.*

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

- *Основная литература;*
- *Дополнительная литература.*

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области музыкально-ритмического и хореографического развития детей в детских школах искусств.

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

Народно-сценический танец является одним из основных предметов дополнительной общеразвивающей программы в области хореографического искусства. В соответствии с учебными планами общеразвивающей программы предмет «Народно-сценический танец» изучается с 4 по 6 класс (3-летний срок обучения).

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

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

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

Рекомендуемый возраст детей, поступающих в детскую школу искусств на общеразвивающую программу – с 7 - 11 лет.

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

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» составляет 3 года (с IV по VI класс).

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

**Таблица 1**  
Срок обучения – 3 года

	Классы		
	IV	V	VI
Максимальная нагрузка	204		
Аудиторные занятия	68	68	68
Недельная аудиторная нагрузка	2	2	2

**Форма проведения учебных аудиторных занятий:**

Занятия проводятся в групповой форме (от 11 человек) и мелкогрупповой форме (от 4 до 10 человек). Продолжительность урока – 45 минут.

Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

**Цель и задачи учебного предмета**

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

**Задачи:**

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

### ***Обоснование структуры программы учебного предмета***

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.

### ***Методы обучения***

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

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

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

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

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

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано, баяна) в

балетном классе;

- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;

- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);

- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;

- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

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

## **II. Содержание учебного предмета**

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

**Таблица 2**

	Распределение по годам обучения		
	1	2	3
Классы	IV	V	VI
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	68	68	68
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2
Максимальное количество часов занятий в неделю	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам	68	68	68

### **Требования по годам обучения**

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;
- ознакомление с рисунком народно-сценического танца особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

### **Первый год обучения(IV класс)**

#### **Экзерсис у станка**

I. Пять позиций ног.

II. Preparation к началу движения.

- III. Переводы ног из позиции в позицию.
- IV. Demi pliés, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
- V. Battements tendus (выведение ноги на носок).
- VI. Battements tendus jetés (маленькие броски).
- VII. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
- IX. Подготовка к маленькому каблучному.
- X. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
- XI. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- XII. Grands battements jetés (большие броски).
- XIII. Relevé (подъем на полупальцы).
- XIV. Port de bras.
- XV. Подготовка к «молоточкам».
- XVI. Подготовка к «моталочке».
- XVII. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
- XVIII. Прыжки с поджатыми ногами.

### **Экзерсис на середине зала**

1. Русский поклон:
  - а) простой поясной на месте (1 полугодие),
  - б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении (2 полугодие).
2. Основные положения и движения рук:
  - ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),
  - руки скрещены на груди,
  - одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку,
  - положения рук в парах:
    - а) держась за одну руку,
    - б) за две,
    - в) под руку,
    - г) «воротца»,
  - положения рук в круге:
    - а) держась за руки,
    - б) «корзиночка»,
    - в) «звёздочка»,
  - движения рук:
    - а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,
    - б) раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию),
    - в) взмахи с платочком,
    - г) хлопки в ладоши.
3. Русские ходы и элементы русского танца:
  - простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,
  - переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на 30-45<sup>0</sup>, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,
  - переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,

- переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,
  - тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,
  - шаг с мазком каблуком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45<sup>0</sup>,
  - комбинации из основных шагов.
4. «Припадание»:
- по 1 прямой позиции,
  - вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие),
  - 2 полугодие — по 5 позиции,
  - вокруг себя и в сторону.
5. Подготовка к «веревочке»:
- без полупальцев, без проскальзывания — 1 полугодие,
  - с полупальцами, с проскальзыванием — 2 полугодие,
  - «косичка» (в медленном темпе).
6. Подготовка к «молоточкам»:
- по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади,
  - 2 полугодие — без задержки.
7. Подготовка к «моталочке»:
- по 1 прямой позиции — 1 полугодие с задержкой ноги сзади, впереди,
  - 2 полугодие — «моталочка» в «чистом» виде.
8. «Гармошечка»:
- начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие,
  - «лесенка»,
  - «елочка»,
  - исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.
9. «Ковырялочки»:
- простая, в пол — 1 полугодие,
  - простая, с броском ноги на 45<sup>0</sup> и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие,
  - «ковырялочка» на 90<sup>0</sup> с активной работой корпуса и ноги — 2 полугодие,
  - в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.
10. Основы дробных выстукиваний:
- простой притоп,
  - двойной притоп,
  - в чередовании с приседанием и без него,
  - в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопашкой),
  - подготовка к двойной дроби — 1 полугодие,
  - двойная дробь — 2 полугодие,
  - «трилистник» — 1 полугодие,



— «трилистник» с двойным и тройным притопом — 2 полугодие,  
— переборы каблучками ног,  
— переборы каблучками ног в чередовании с притопами — 2 полугодие.

11. Хлопки и хлопущки для мальчиков:

- одинарные,
- двойные,
- тройные,
- фиксирующие,
- скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).

12. Подготовка к присядкам и присядки:

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),
- подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,
- «мячик» по 1 прямой и 1 позициям — 2 полугодие,
- подскоки на двух ногах,
- поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,
- присядки на двух ногах,
- присядки с выносом ноги на каблук,
- присядки с выносом ноги в сторону на  $45^0$  — 2 полугодие.

**Подготовка к вращениям на середине зала**

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere,
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки,
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на  $45^0$ ,
- подскоки по той же схеме,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на  $90^0$  во всех вращениях.

Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

- приемом ша г- retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на  $90^0$ , 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;
- к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на  $180^0$ , 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза;
- 2 полугодие – поворот на 4 шага - retere на  $180^0$ ;
- подскоки – разучиваются по той же схеме.

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

**Изучаемые танцы:**

*Русские танцы*

*Белорусские танцы*

В первом и втором полугодии проводятся контрольные уроки по пройденному и освоенному материалу.

**По окончании первого года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

- основные положения позиций рук и ног в народном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов русского и белорусского танца, освоение данных элементов на середине;
- владеть приемами: «сокращенная стопа», «скошенный подъем»;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- знать движение в различных ракурсах и рисунках;
- уметь исполнять движения в характере русского и белорусского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

### **Второй год обучения(Vкласс)**

#### **Экзерсис у станка**

I. Demi-pliés u grand-pliés (полуприседания и полные приседания).

II. Battements tendus (скольжение стопой по полу).

III. Battements tendus jetés (маленькие броски).

IV. Pas tortillé (развороты стоп).

V. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).

VI. Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).

VII. Маленькое каблучное.

VIII. Большое каблучное.

IX. «Веревочка».

X. Подготовка к battements fondus.

XI. Développé.

XII. Дробные выстукивания.

XIII. Grand battements jetés (большие броски).

#### **Движения, изучаемые лицом к станку**

1. Relevé-pliés (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).

2. Relevé-plié (с оттяжкой от станка на каблучках назад по 1 прямой позиции).

3. «Волна».

4. Подготовка к «штопору».

5. Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.

6. Подготовка к «сбивке».

7. Для мальчиков:

а) подготовка к присядкам,

б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону,

в) мячик боком к станку,

г) с выведением ноги вперед.

8. Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.

9. Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.

10. С выходом во вторую позицию широкую на каблуки.

11. «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.

12. «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.

13. Прыжки:

а) поджатые в сочетании с *temps levé sauté*,

б) «итальянский» *shangements de pieds*.

### **Экзерсис на середине зала**

1. Русский поклон:

а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);

б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

2. Основные положения и движения русского танца:

а) переводы рук из одного основного положения в другое:

— из подготовительного положения в первое основное,

— из первого основного положения в третье,

— из первого основного во второе,

— из третьего положения в четвертое (женское),

— из третьего положения в первое,

— из подготовительного положения в четвертое.

б) движение рук с платочком:

— взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции),

— то же самое из положения — скрещенные руки на груди,

— работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции,

— всевозможные взмахи и качания платочком,

— прищелкивания пальцами.

Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой.

3. Положения рук в парах:

— под «крендель»,

— накрест,

— для поворота в положении «окошечко»,

— правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

4. Положение рук в рисунках танца:

— в тройках,

— в «цепочках»,

— в линиях и в колоннах,

— «воротца»,

— в диагоналях и в кругах,

— «карусель»,

- «корзиночка»,
  - «прочесы».
5. Ходы русского танца:
- простой переменный ход на полупальцах,
  - тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена,
  - шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом),
  - шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,
  - шаг-мазок каблук через 1 прямую позицию,
  - то же самое с подъемом на полупальцах,
  - ход с каблучка с мазком каблук,
  - ход с каблучка простой,
  - ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании,
  - «бегущий» тройной ход на полупальцах,
  - простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
  - тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
  - бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции,
  - такой же бег с различными ритмическими акцентами,
  - комбинации с использованием изученных ходов.
6. Припадания:
- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,
  - с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.
7. «Веровочка»:
- а) подготовка к «веровочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах),
  - б) «косыночка»,
  - в) простая «веровочка» — первое полугодие,
  - г) двойная «веровочка» — второе полугодие,
  - д) двойная «веровочка» с выносом ноги на каблук — второе полугодие.
8. «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции.
9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.
10. Все виды «гармошечек»:
- «лесенка»,
  - «елочка» в сочетании с plié полупальцами с приставными шагами и припаданиями.
11. «Ковырялочка»:
- с отскоком и броском ноги на  $30^{\circ}$ ,
  - с броском на  $60^{\circ}$ ,
  - с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук,
  - то же самое с переступаниями на опорной ноге.

12. Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:
- простые (до щиколотки),
  - простые (до уровня колена),
  - с ударом по 1 прямой позиции,
  - двойные (до уровня колена с ударом),
  - с продвижением в сторону.
13. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук:
- простые,
  - с двойным перебором.
14. Дробные движения:
- двойные притопы,
  - тройные притопы,
  - аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону,
  - притопы в продвижении,
  - притопы вокруг себя,
  - ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов,
  - простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении),
  - простые переборы каблучками,
  - переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке,
  - переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса),
  - «трилистник» с притопом,
  - двойная дробь с притопом,
  - двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на  $45^{\circ}$ ,
  - тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями),
  - «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный,
  - «ключ» простой.
15. Полуприсядки:
- простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,
  - с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,
  - с выносом ноги на  $45^{\circ}$ ,
  - с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,
  - с выходом на каблук в широкую вторую позицию,
  - с выходом на каблук и разворотом корпуса в сторону,
  - с выходом на каблук, ноги раскрыты вперед-назад,
  - аналогично с поворотом корпуса.
16. Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы*

*Украинские танцы*

*Татарские танцы*

В первом и втором полугодии проводятся контрольные уроки по пройденному и освоенному материалу.

### **По окончании второго года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- основные движения русского, татарского и украинского танцев;
- манеру исполнения упражнений и характер русского, татарского, украинского танцев;
- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.

### **Третий год обучения(VIкласс)**

#### **Экзерсис у станка**

I. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).

II. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .

III. Battemets tendus jetés (маленькие броски).

IV. Pas tortillé (повороты «стоп», одинарные и двойные).

V. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).

VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).

VII. Маленькое каблучное.

VIII. Большое каблучное.

IX. Battemets fondus (мягкий, тающий).

X. Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).

XI. «Веревочка».

XII. Дробные выстукивания.

XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

#### **Упражнения лицом к станку**

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
3. Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
4. «Качалочка» простая, в раскладке.
5. «Качалочка» с акцентом.
6. «Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.
7. «Качалочка с выведением ноги на каблук.
8. Прыжковые «голубцы»:  
— с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция),

— тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка,  
— низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца,  
— прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.

9. Подготовка к «сбивке», «сбивка».

10. Подготовка к прыжку attitude назад.

11. Подготовка к «моталочке» с отскоком.

12. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на  $30^0$ , на  $90^0$  — второе полугодие.

13. Присядка с выносом ноги на воздух на  $45^0$  и на  $90^0$ .

14. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух  $45^0$  и  $90^0$ .

15. Подготовка к revoltade. Исходное положение — нога сзади в 4 позиции на носке.

16. Опускание на колено в характере украинского танца, а также переход с колена на колено.

Обработка прыжка «бедуинский».

### **Экзерсис на середине зала**

1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.

2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дроби. Усложняются манипуляции с платочком:

— платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения,

— полуокружности перед собой вправо и влево,

— взмахи на вращениях из первой в третью позицию,

— используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали,

— движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах,

— изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».

3. Виды русских ходов и поворотов:

— простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий,

— «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад,

— широкий шаг - «мазок» на  $45^0$  и  $90^0$  с сокращенным подъемом, с plié и на plié,

— боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на  $45^0$  и  $90^0$  в сторону,

— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,

- переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,
- ходы с каблучков:
  - а) простые, на вытянутых ногах,
  - б) акцентированные, под себя в plié,
  - в) с выносом на каблук вперед,
- боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,
- боковые припадания с поворотами,
- припадания по линии круга с работой рук,
- бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом,
- бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом,
- повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,
- повороты с выносом ноги на каблук, приемом shainé, приемом перескок (высокий),
- тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),
- повороты с «ковырялочкой»,
- повороты с «молоточками»,
- повороты приемом «каблучки», «поджатые»,
- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

#### 4. «Веревочки»:

- простая в повороте,
- двойная в повороте,
- с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию,
- всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.

#### 5. «Ковырялочки»:

- простые,
- в повороте на  $90^0$ , со сменой ног,
- с отскоком и продвижением вперед,
- с отскоком и большим броском на  $90^0$ ,
- в сочетании с различными движениями русского танца,
- воздушные на  $30^0$ ,  $45^0$ ,  $90^0$ ,
- в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца.

#### 6. «Моталочки»:

- простая,
- простая в повороте по четвертям круга, на  $90^0$  с использованием



бросков ноги приемом *jetés* с вытянутым и сокращенным подъемом,  
— с перекрестным отходом назад или в позу,  
— с остановкой в 5 позицию на полупальцах,  
— с использованием переступаний через положение *reteré* при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,

— в трюковых диагональных вращениях.

#### 7. «Гармошечки»:

— простая на вытянутых ногах и на *demi plié*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко,

— в повороте, в диагональном рисунке с руками,

— в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление,

— с чередованием приставных шагов, с *pas degagé*, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

#### 8. Припадания:

— боковые с двойным ударом спереди,

— вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга.

#### 9. Перескоки и «подбивки»:

— перескоки в повороте,

— перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте),

— неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции,

— поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,

— подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие).

#### 10. Дробные выстукивания:

— двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,

— синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *reteré* у колена невыворотом,

— соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,

— соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:

а) неоднократные удары,

б) с притопом и сменой левой и правой ног,

— двойная дробь с «ускорением»,

— двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,

— двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце,

— «ключ» с использованием двойной дроби.

#### 11. Присядки:

— присядка с «ковырялочкой»,

— присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади,

— подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,

— «гусиный шаг»,

— «ползунок» вперед и в сторону на пол.

12. Прыжки:

— прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте,

— прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам,

— прыжок с ударами по голенищу спереди,

— «лягушка».

### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы*

*Белорусские танцы*

*Украинские народные танцы*

*Молдавские танцы*

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии проводится итоговый экзамен.

**По окончании третьего года обучения обучающиеся должны знать и уметь:**

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;  
- передавать в движении сложные ритмические рисунки русского, украинского, молдавского танцев;

- усвоение и дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;

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

- правильно пользоваться деталями костюма, атрибутикой: ленточки, веночки, платочки, шапки, корзинки, бубны и т.д.;

- продолжать добиваться в ансамбле выразительности и виртуозности исполнения движений.

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

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценический танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

знание балетной терминологии;

знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;

знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы,

танцевальных комбинаций;  
знание средств создания образа в хореографии;  
знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;  
умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;  
умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;  
умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;  
умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;  
умение понимать и исполнять указания преподавателя;  
умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;  
навыки музыкально-пластического интонирования;  
а также:  
знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;  
знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;  
владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;  
использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;  
знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;  
применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

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

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

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

Успеваемость обучающихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, зачетах, 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 и зачетов.

Контрольные уроки и зачеты 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.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

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

#### ***Критерии оценок***

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

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

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

***Таблица 4***

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

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **I. Методическое обеспечение учебного процесса** ***Методические рекомендации педагогическим работникам***

В работе с обучающимися 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 обучающихся;
- 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.

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

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

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка.- Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - 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