

КОМИТЕТ ПО КУЛЬТУРЕ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ № 7»

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

**ПРОГРАММА
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
ПО.01.УП.05. «Народно-сценический танец»**

*Саратов
2024*

Принято на заседании
Методического совета школы
протокол № 02 от 29.08.2024

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ДШИ №7»

_____ И.Ю.
Колибердин
Приказ №93-ОД от 30.08.2024

Разработчик:

Замай Д.Ю.– преподаватель по классу «Хореографическое
творчество» МБУДО «ДШИ №7»

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 литературы

- *Список рекомендуемой методической литературы;*

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

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

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

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

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

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

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют 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.

2 Срок реализации учебного предмета

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 5 лет.

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте от 10 до 12 лет, составляет 4 года.

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

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

Срок обучения - 8 лет

Таблица 1

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Год обучения (класс)	
	1-5 (4-8 класс)	6 (9 класс)
Максимальная нагрузка (в часах), в том	330	66

числе:		
аудиторные занятия (в часах)	330	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	396	

Срок обучения – 5 лет

Таблица 2

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Год обучения (класс)	
	1-4 (2-5 класс)	5 (6 класс)
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	264	66
аудиторные занятия (в часах)	264	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	330	

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

мелкогрупповые занятия, численность группы от 4 до 10 человек, рекомендуемая продолжительность урока - 40 минут.

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

5. 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 в соответствии с ФГТ, а

также выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

Задачи:

- -обучить основам народного танца;
- -развивать танцевальную координацию;
- -обучить виртуозности исполнения;
- -обучить выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;
- -развивать физическую выносливость;
- -развивать умения танцевать в группе;
- -развивать сценический артистизм;
- -развивать дисциплинированность;
- -формировать волевые качества.

6. Обоснование структуры программы учебного предмета

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

Программа содержит следующие разделы:

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

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

7. Методы обучения

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

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

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

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база МБУДО «ДШИ № 7» соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

МБУДО «ДШИ № 7» располагает материально-технической базой для реализации программы «Хореографическое творчество», обеспечивает проведение всех видов занятий, концертно-творческой деятельности обучающихся для достижения обучающимися результатов, установленных федеральными государственными требованиями.

Минимально необходимый для реализации программы учебного предмета перечень учебных аудиторий и материально-технического обеспечения включает учебные аудитории для групповых занятий.

МБУДО «ДШИ № 7» обеспечено наличием музыкальных инструментов (рояль, пианино, цифровое пианино, синтезатор), соответствующим оборудованием. Учебные аудитории со звукоизоляцией имеют площадь не менее 2 м² на одного обучающегося, хореографические классы – не менее 3 м² на одного обучающегося, комнаты для переодевания.

II. Содержание учебного предмета

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

Срок обучения 8 (9) лет

Таблица 3

	Распределение по годам обучения					
	1	2	3	4	5	6

Классы	4	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	330					66
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	330					66
Объем времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	6	8
Общий объем времени на консультации	30					8

Срок обучения 5 (6) лет

Таблица 4

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

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

2. Годовые требования по классам

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.

Срок обучения 8 (9) лет.

1 год обучения.

Экзерсис у станка

- 1 Пять позиций ног.
- 2 Preparation к началу движения.
- 3 Переводы ног из позиции в позицию.
- 4 Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
- 5 Battements tendus (выведение ноги на носок).
- 6 Battements tendus jetés (маленькие броски).
- 7 Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
- 8 Подготовка к маленькому каблучному.
- 9 Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
- 10 Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- 11 Grands battements jetés (большие броски).

- 12 Relevé (подъем на полупальцы).
- 13 Port de bras.
- 14 Подготовка к «молоточкам».
- 15 Подготовка к «моталочке».
- 16 Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
- 17 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 щёку,
- 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 наверх 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 поочередно в точке на 30-45°, 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°,

—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 «Моталочка»:

—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 «Ковырялочка»:

—простая, в пол — 1 полугодие,

—простая, с броском ноги на 45° и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие,

—«ковырялочка» на 90° 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 хлопушкой),

—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 хлопушки 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° — 2 полугодие.

13 Основные шаги, движения и положение рук белорусского танца. 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° ,
- подскоки по той же схеме,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90° во всех вращениях. Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

- приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90° , 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;

- к концу полугодия: 2 шага *retere* на месте, 2 - в повороте на 180°, 5, 6 –фиксация, 7, 8 – пауза;
- 2 полугодие – поворот на 4 шага - *retere* на 180°;
- подскоки – разучиваются по той же схеме.

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Белорусские танцы.

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.

2 год обучения

Экзерсис у станка

- 1 *Demi-pliés u grand-pliés* (полуприседания и полные приседания).
- 2 *Battements tendus* (скольжение стопой по полу).
- 3 *Battements tendus jetés* (маленькие броски).
- 4 *Pas tortillé* (развороты стоп).

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

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

7 Маленькое каблучное.

8 Большое каблучное.

9 «Веревочка».

10 Подготовка к battements fondus.

11 Développé.

12 Дробные выстукивания.

13 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 Перегибы корпуса.

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:

- подготовка к присядкам;

- присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону;

- мячик боком к станку;

- 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 каблучки.

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),

— 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 каблучком через 1 прямую позицию,
- то же самое с подъемом на полупальцах,
- ход с каблучка с мазком каблучком,
- ход с каблучка простой,

- ход с каблочки 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 «Веревочка»:

- а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах),
- б) «косыночка»,
- в) простая «веревочка» — первое полугодие,
- г) двойная «веревочка» — второе полугодие,
- д) двойная «веревочка» 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 pliés полупальцами с приставными шагами и припаданиями.

11 «Ковырялочка»:

- с отскоком и броском ноги на 30°,
- с броском на 600,
- 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°,
- 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°,
- с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,
- с выходом на каблуки в широкую вторую позицию,
- с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону,
- с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад,
- аналогично с поворотом корпуса.

16. Основные ходы, движения и положение рук изучаемых народностей.

17 Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Татарские танцы.

Прибалтийские танцы.

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 прибалтийского танцев;
- манеру исполнения упражнений и характер русского, татарского, прибалтийского танцев;
- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.

3 год обучения

Экзерсис у станка

- 1 Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
- 3 Battements tendus jetés (маленькие броски).
- 4 Pas tortillé (повороты «стоп», одинарные и двойные).
- 5 Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
- 6 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 7 Маленькое каблучное.
- 8 Большое каблучное.
- 9 Battements fondus (мягкий, тающий).
- 10 Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).
- 11 «Веревочка».
- 12 Дробные выстукивания.
- 13 Grands battements jetés (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 300, на 900 — второе полугодие.

13 Присядка с выносом ноги на воздух на 45° и на 90°

14 Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45° и 90°

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

16 Опускание на колени в характере украинского танца, а также переход с колена на колени. Отработка 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° и 90° с сокращенным подъемом, с plié и на plié, —боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на 45° и 90° 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° , со сменой ног,
- с отскоком и продвижением вперед,
- с отскоком и большим броском на 90° ,
- в сочетании с различными движениями русского танца,
- воздушные на 30° , 45° , 90° ,
- 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 900 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 невыворотнo,
- 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.

Украинские танцы.

Молдавские танцы.

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.

4 год обучения

Экзерсис у станка

- 1 Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- 3 Pas tortilla (развороты стоп).
- 4 Battements tendus jetes (маленькие броски).
- 5 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 6 Большое каблучное.
- 7 Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- 8 «Веревочка».
- 9 Battemets developpe.
10. Дробные выстукивания.
11. Grands battements jetes (большие броски).

Экзерсис на середине зала

- 1 «Глубокий поклон»:
 - а) ниже пояса;
 - б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.
- 2 Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).
- 3 Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.
- 4 Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.
- 5 Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении

- вперед и включением работы рук и корпуса.
- 6 Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.
- 7 Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.
- 8 Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.
- 9 Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.
- 10 Шаг с «приступкой» (с приставкой).
- 11 Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.
- 12 Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).
- 13 Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.
- 14 Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).
- 15 Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».
- 16 Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».
- 17 Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.
- 18 «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
- 19 «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.
- 20 «Моталочка» на demi plie синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах.
- 21 «Ковырялочка» с отскоками.

22 «Молоточки» в характере уральского танца «Шестёра».

23 «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.

24 Дробные выстукивания:

а) «ключ» дробный, сложный;

б) «Ключ» дробный, сложный в повороте;

в) «Ключ» хлопушечный;

г) три дробные дорожки с заключительным ударом;

д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;

е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;

ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;

з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.

25 Разновидности дробных выстукиваний по областям России.

26 Хлопушки мужские:

а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;

б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;

в) удар по голенищу вытянутой ноги;

г) хлопушки на поворотах;

д) «ключ» с хлопушкой.

27 Трюковые элементы (мужские):

а) «разножка» в воздухе;

б) «щучка» с согнутыми ногами;

в) «крокодильчик»;

г) «коза»;

д) «бочонок».

28. Движения, ходы и положения рук изучаемых народностей.

Вращения на середине зала

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблучки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

1 Приемом plie-releve (два на месте, третий – plie-подготовка, четвертый – вращение) – 1 полугодие – двойное вращение за 4-м разом.

2 Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).

3 Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения).

4 Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).

5 Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.

6 Припадания мелкие, быстрые.

7 Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), без пауз, но в медленном темпе – 1 полугодие.

8 То же самое вращение в нормальном темпе – 2 полугодие.

9 Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere невыворотнo, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы – 2 полугодие.

10 «Обертас» по 1 прямой позиции – 1 полугодие.

11 «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом – 2 полугодие.

12 «Обертас» с rond на 45° – 1 полугодие, на 90° - конец 2 полугодия.

13 Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.

14 Вращения для мальчиков:

а) tours,

б) pirouettes.

15 Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

Вращения по диагонали класса

- 1 Tour-riqué в раскладке, с рукой в характере итальянского танца, с рукой с платочком в русском характере.
- 2 Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
- 3 Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) – 1 полугодие, поворот за один бег – 2 полугодие.
- 4 Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках – 2 полугодие.
- 5 Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
- 6 Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
- 7 Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблучок».
- 8 Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
- 9 Мужские вращения с использованием пройденного материала.

Вращения по кругу

- 1 Прием шаг-retere, вращение за один шаг.
- 2 Подскоки, вращение за один шаг.
- 3 Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.
- 4 Большие «блинчики», аналогично.
- 5 Бег по 1 прямой позиции.
- 6 Бег с выбрасыванием ноги вперед.
- 7 «Шаг-каблучок», вращение за один шаг.

8 Tour-riqué в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.

9 Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку».

Мужские трюковые вращения.

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Цыганские танцы.

Итальянские танцы.

По окончании четвертого года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

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

- передавать национальный характер русского, цыганского, итальянского 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.

5 год обучения

Экзерсис у станка

1 Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).

2 Battements tendus (скольжение ног по полу).

3 Pas tortillé (развороты стоп).

- 4 Battemets tendus jetés (маленькие броски).
- 5 Flic-flac (мазок к себе от себя).
- 6 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 7 Маленькое каблучное.
- 8 Большое каблучное.
- 9 Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- 10 «Веревочка».
11. Battment développé.
12. Дробные выстукивания.
- 13 Grands battements jetés (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

- 1 «Праздничный поклон».
- 2 Припадания накрест (быстрое).
- 3 Ускоренная «гармошечка» (без plié) вокруг себя;
- 4 Простая и двойная с поворотом на 360° 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 различном ритмическом рисунке
- 8 Основные ходы изучаемой народности и сопутствующие им движения рук.
- 9 Дробные выстукивания в характере мексиканского танца и «хлопушки» в характере цыганского танца.
- 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 невыворотом, стремительно.
- 4 Бег на месте со скачком 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:
 - Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie;
 - Shaine в сочетании с вращением на каблук;
 - То же с двойным вращением – 2 полугодие;
- 2 Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45° – 1 полугодие и 90° – 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

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

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.

Вращения в характере изученных национальностей

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Мексиканский танец.

Испанский танец.

По окончании пятого года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- передавать национальный характер русского, мексиканского, испанского 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.

6 год обучения

6 год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение обучающихся этого класса

направленно на подготовку к поступлению в среднее профессиональное образовательное учреждение.

Экзерсис у станка

- 1 Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- 3 Pas tortillé (развороты стоп).
- 4 Battements tendus jetés (маленькие броски).
- 5 Flic-flac (мазок к себе от себя), на материале цыганского танца.
- 6 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 7 Большое каблучное.
- 8 Battements fondus (мягкое, тающее движение).
- 9 «Веревочка».
- 10 Battment développé .
- 11 Дробные выстукивания.
- 12 Grands battements jetés (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

- 1 Поклон в выбранном национальном характере.
- 2 Ускоренная «гармошечка» (без plié) в сочетании с degagé.
- 3 «Веревочки»:
 - простая, с подскоком на одной ноге, другая – на щиколотке впереди, исполняются развороты бедра;
 - простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены;
 - двойная, аналогично исполнению простой – 2 полугодие;
 - три веревочки и подскок с поджатыми ногами;
 - в сочетании со всевозможными приемами поворотов;
 - на основе национального характера.
- 4 «Моталочка» - «маятник» с акцентированным отскоком и

задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.

5 Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.

6 Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.

7 Ход с подбивкой и продвижением вперед.

8 Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.

9 Шаг-бег с наклоном в корпусе.

10 Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном

корпуса (руки присогнуты и движутся вдоль корпуса).

11 Основные ходы испанского, болгарского танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).

12 «Хлопушки» и «закладки»:

- «закладка» на месте;

- «закладка» в продвижении;

- «хлопушки» в характере пройденных национальных танцев.

13 Трюки мужского характера:

- «экскаватор»;

- «циркуль»;

- «склепка»;

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

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

Вращения на середине зала

1 Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблочки (с выходом на двойное вращение на каблочках).

2 Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того

или иного вращения.

3 Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 45° , подъем сокращен – 1 полугодие, на 90° – второе полугодие.

4 Вращения с использованием движений из национальных танцев.

5 Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Вращения по диагонали зала

1 Shaine:

- Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотом;

- То же, с двойным вращением – 2 полугодие;

- Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте.

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

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

4 Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.

5 Вращения в характере пройденных национальных танцев.

6 Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращения по кругу зала

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала, с остановками в различные позы, соответствующие изучаемым народностям, используя предметы атрибутики данного танца.

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах с активной работой рук и резкой сменой направления вращения.

Изучаемые танцы:

Испанские танцы.

Болгарские танцы.

Срок обучения 5 (6) лет

1 год обучения.

Экзерсис у станка

- 1 Пять позиций ног.
- 2 Preparation к началу движения.
- 3 Переводы ног из позиции в позицию.
- 4 Demi-pliés u grand-pliés (полуприседания и полные приседания).
- 5 Battements tendus (выведение ноги на носок).
- 6 Battements tendus jetés (маленькие броски).
- 7 Pas tortillé (развороты стоп).
- 8 Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
- 9 Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).
- 10.Подготовка к маленькому каблучному.
- 11 Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
- 12 Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- 13.Développé.
- 14 Grands battements jetés (большие броски).
- 15 Relevé (подъем на полупальцы).
- 16 Port de bras.
- 17 Подготовка к «молоточкам».
- 18 Подготовка к «моталочке».
- 19 Подготовка к полуприсядкам и присядкам.

20 Прыжки с поджатыми ногами.

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 Перегибы корпуса.

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 каблучки.

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 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 щёку,

—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 поочередно в точке на 30-45°, 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 каблук и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45°,
- 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° и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие,
- «ковырялочка» на 90° 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 хлопушкой),
- 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 хлопушки 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° — 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-каблочки,
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45° ,
- подскоки по той же схеме,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90° во всех вращениях.

Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

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

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Белорусские танцы.

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.

2 год обучения

Экзерсис у станка

- 1 Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
- 3 Battemets tendus jetés (маленькие броски).
- 4 Pas tortillé (повороты «стоп», одинарные и двойные).
- 5 Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
- 6 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 7 Маленькое каблучное.

- 8 Большое каблучное.
- 9 Battemets fondus (мягкий, тающий).
- 10 Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).
- 11 «Веревочка».
- 12 Дробные выстукивания.
- 13 Grands battements jetés (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,
 - 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°, на 90° — второе полугодие.
13. Присядка с выносом ноги на воздух на 45° и на 90°
14. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45° и 90°

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

16. Опускание на колени, а также переход с колена на колени.

Отработка прыжка «бедуинский».

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).

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

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 каблучком через 1 прямую позицию,
- то же самое с подъемом на полупальцах,
- ход с каблучка с мазком каблучком,
- 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. 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 450 и 900 с сокращенным подъемом, с plié и на plié,
- боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на 45° и 90° 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:

7 Припадания:

- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,
- с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.

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

- платочек натянут за кончики, исполняются круговые движения,
- полуокружности перед собой вправо и влево,
- взмахи на вращениях из первой в третью позицию.

9 «Веревочка»:

- а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах),
- б) «косыночка»,
- в) простая «веревочка»
- г) двойная «веревочка»
- д) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук

второе полугодие:

- простая в повороте,
- двойная в повороте.

10 «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции.

11 «Моталочка» в сочетании с движениями рук.

12 Все виды «гармошечек»:

- «лесенка»,
- «елочка» в сочетании с *pliés* полупальцами с приставными шагами и припаданиями
- 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

13 «Ковырялочка»:

- с отскоком и броском ноги на 30° ,
- с броском на 60° ,
- с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук,
- то же самое с переступаниями на опорной ноге,
- в повороте на 90° , со сменой ног,
- с отскоком и продвижением вперед,

- с отскоком и большим броском на 90° ,
- в сочетании с различными движениями русского танца,

14. 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.

15 Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук:

- простые,
- с двойным перебором.

16 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 450,
- 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.

17 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°,
- с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,
- с выходом на каблуки в широкую вторую позицию,
- с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону,
- с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад,
-

аналогично с поворотом корпуса.

18.Основные ходы, движения, положение рук изучаемых народностей.

19 Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Татарские танцы.

Прибалтийские танцы.

По окончании второго года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки русского, татарского, прибалтийского 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.

3 год обучения

Экзерсис у станка

- 1 Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- 3 Pas tortilla (развороты стоп).
- 4 Battements tendus jetes (маленькие броски).
- 5 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 6 Большое каблучное.
- 7 Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- 8 «Веревочка».
- 9 Battemets developpe.
10. Дробные выстукивания.
11. Grands battements jetes (большие броски).

Экзерсис на середине зала

- 1 «Глубокий поклон»:

а) ниже пояса;

б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.

2 Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).

Припадания:

—боковые с двойным ударом спереди,

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

3 Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.

4 Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.

5 Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.

6 Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.

7 Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, сменой ракурсов на притопе.

8 Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.

9 Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.

10 Шаг с «приступкой» (с приставкой).

11 Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.

12 Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).

13 Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.

14.Переkreщивающийся шаг (с переkreщивающимися ногами, с продвижением вперед).

- 15 Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».
- 16 Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».
- 17 Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.
- 18 «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
- 19 «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.
- 20 «Моталочка» на *demi plie* синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах
- 21 «Ковырялочка» с отскоками.
- 22 «Молоточки» в характере уральского танца «Шестера».
- 23 «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.
- 24 Дробные выстукивания:
 - двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,
 - синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *reteré* у колена невыворотнo,
 - 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,
 - дробь в характере народных танцев Поволжья.

Ключи:

- а) «ключ» дробный, сложный;
- б) «ключ» дробный, сложный в повороте;
- в) «ключ» хлопучечный;
- г) три дробные дорожки с заключительным ударом;
- д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;
- е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;
- ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;
- з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги

25 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.

26 Хлопушки мужские:

- а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;
- б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;
- в) удар по голенищу вытянутой ноги;
- г) хлопушки на поворотах;
- д) «ключ» с хлопушкой.

27 Трюковые элементы (мужские):

- а) «разножка» в воздухе;
- б) «щучка» с согнутыми ногами;
- в) «крокодильчик»;
- г) «коза»;
- д) «бочонок».

28. Основные ходы, движения, положение рук изучаемых народностей.

Вращения на середине зала

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблучки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

1 Приемом plie-releve (два на месте, третий – plie-подготовка, четвертый – вращение) – 1 полугодие – двойное вращение за 4-м разом.

2 Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).

3 Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения).

4 Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).

5 Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.

6 Припадания мелкие, быстрые.

7 Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), без пауз, но в медленном темпе – 1 полугодие.

8 То же самое вращение в нормальном темпе – 2 полугодие.

9 Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращений на одной ноге через retere невыворотнo, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы – 2 полугодие.

10 «Обертас» по 1 прямой позиции – 1 полугодие.

11 «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом – 2 полугодие.

12 «Обертас» с rond на 45° – 1 полугодие, на 90° - конец 2 полугодия.

13 Разучивается окончание вращений приемом двойного shaine.

14 Вращения для мальчиков:

a.a) tours,

b.б) pirouettes.

15 Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

Вращения по диагонали класса

1 Tour-piue в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.

2 Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.

3 Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) – 1 полугодие, поворот за один бег – 2 полугодие.

4 Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках – 2 полугодие.

5 Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.

6 Большой «блинчик» в сочетании с shaine.

7 Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».

8 Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.

9 Мужские вращения с использованием пройденного материала.

Вращения по кругу

1 Прием шаг-retere, вращение за один шаг.

2 Подскоки, вращение за один шаг.

3 Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.

4 Большие «блинчики», аналогично.

5 Бег по 1 прямой позиции.

- 6 Бег с выбрасыванием ноги вперед.
- 7 «Шаг-каблучок», вращение за один шаг.
- 8 Tour-riqué в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
- 9 Двойная дробь в повороте с переступанием через «ковырялочку».
- 10 Мужские трюковые вращения.

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Украинские танцы.

Молдавские танцы.

По окончании третьего года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- передавать национальный характер русского, молдавского, украинского танцев;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращение, дробь - для девочек; различные виды присядок, «хлопушек» - для мальчиков;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

4 год обучения

Экзерсис у станка

- 1 Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ног по полу).
- 3 Pas tortillé (развороты стоп).

- 4 Battemets tendus jetés (маленькие броски).
- 5 Flic-flac (мазок к себе от себя).
- 6 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 7 Маленькое каблучное.
- 8 Большое каблучное.
- 9 Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- 10 «Веревочка».
- 11 Battment développé.
- 12 Дробные выстукивания.
- 13 Grands battements jetés (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

- 1 «Праздничный поклон».
- 2 Припадания накрест (быстрое).
- 3 Ускоренная «гармошечка» (без plié) вокруг себя;
- 4 Простая и двойная с поворотом на 360° 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 различном ритмическом рисунке
- 8 Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие 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).

11. Основные ходы, движения, положение рук изучаемых народностей.

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 невыворотом, стремительно.
- 4 Бег на месте со скачком 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:
 - Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie;
 - Shaine в сочетании с вращением на каблучок;
 - То же с двойным вращением – 2 полугодие;
- 2 Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45° – 1 полугодие и 90° – 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

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

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах. Вращения в характере изученных национальностей

Изучаемые танцы:

Русские танцы.

Цыганские танцы.

Итальянские танцы.

По окончании четвертого года обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- передавать национальный характер русского, цыганского, итальянского 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.

5 год обучения

Пятый год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной программе в области хореографического искусства.

Обучение обучающихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в среднее профессиональное образовательное учреждение.

Экзерсис у станка

- 1 Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).
- 2 Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
- 3 Pas tortillé (развороты стоп).
- 4 Battemets tendus jetés (маленькие броски).
- 5 Flic-flac (мазок к себе от себя), на материале цыганского танца.
- 6 Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- 7 Большое каблучное.
- 8 Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- 9 «Веревочка».
- 10 Battment développé.
- 11 Дробные выстукивания.
- 12 Grands battements jetes (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

- 1 Поклон в выбранном национальном характере.
- 2 Ускоренная «гармошечка» (без plié) в сочитании с degaje.
- 3 «Веревочки»:
 - простая, с подскоком на одной ноге;
 - простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены;
 - двойная, аналогично исполнению простой – 2 полугодие;

- три веревочки и подскок с поджатыми ногами;
- в сочетании со всевозможными приемами поворотов;
- на основе национального характера.

4 «Моталочка» - «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.

5 Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.

6 Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.

7 Ход с подбивкой и продвижением вперед.

8 Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.

9 Шаг-бег с наклоном в корпусе.

10 Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном корпуса (руки присогнуты и движутся вдоль корпуса).

11 Основные движения цыганского, испанского и болгарского танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).

12 «Хлопушки» и «закладки»:

- «закладка» на месте;
- «закладка» в продвижении;
- «хлопушки» в характере пройденных национальных танцев.

13 Трюки мужского характера:

- «экскаватор»;
- «циркуль»;
- «склепка»;
- «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
- «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

Вращения на середине зала

- 1 Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблочки (с выходом на двойное вращение на каблочках).
- 2 Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.
- 3 Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 45°, подъем сокращен – 1 полугодие, на 90° – второе полугодие.
- 4 Вращения с использованием движений из национальных танцев.
- 5 Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Вращения по диагонали зала

- 1 Shaine:
- 2 Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотом;
- 3 То же, с двойным вращением – 2 полугодие;
- 4 Мелкие переборы каблочками («триоли») в повороте.
- 5 Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45° – 1 полугодие и 90° – 2 полугодие.
- 6 Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
- 7 Вращения, комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.
- 8 Вращения в характере пройденных национальных танцев.
- 9 Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращения по кругу зала

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала, с остановками в различные позы, соответствующие изучаемым народностям, используя предметы атрибутики данного танца.

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах с активной работой рук и резкой сменой направления вращения.

Изучаемые танцы:

Испанский танец.

Болгарский танец.

По окончании обучения обучающиеся должны знать и уметь:

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;
- предельно достоверно и образно передавать национальный характер русского, цыганского, испанского, болгарского танцев, используя артистические и эмоциональные приемы и навыки в парных танцах, сольных партиях, в массовых (построенных на рисунках) этюдах;
- используя технически сложные движения народно-сценического танца, не теряя артистического исполнения, достоверно и грамотно передавать национальный колорит изучаемого хореографического материала;
- учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

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

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
 - знание балетной терминологии;
 - знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;
 - знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
 - знание средств создания образа в хореографии;
 - знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
 - умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
 - умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
 - умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
 - умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
 - умение понимать и исполнять указания преподавателя;
 - умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
 - навыки музыкально-пластического интонирования;
- а также:

- знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;
- владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;
- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;
- применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

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 обучающихся 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 созданы 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 5

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

На итоговой аттестации выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 6

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	<ul style="list-style-type: none"> - знание методики исполнения танцевальных движений; - грамотное исполнение движений, согласно методике; - умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения; - умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения; - эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.
4 («хорошо»)	- знание методики исполнения танцевальных

	<p>движений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - неточное исполнение движений, согласно методике; - умение двигаться в соответствии с ритмом и характером музыкального сопровождения; - умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения; - не достаточное эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.
<p>3 («удовлетворительно»)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - слабое знание методики исполнения танцевальных движений; - неграмотное исполнение движений, согласно методике; - слабое умение двигаться в соответствии с ритмом и характером музыкального сопровождения; - слабое умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения; - не эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.
<p>2 («неудовлетворительно»)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - незнание методики исполнения танцевальных движений; - неграмотное исполнение движений, согласно методике; - неумение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером

	<p>музыкального сопровождения;</p> <p>- неумение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;</p> <p>- не эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.</p>
--	--

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ обучающегося.

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

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Методические рекомендации педагогическим работникам

В работе с 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.

Обоснование методов организации образовательного процесса, самостоятельной работы обучающегося Планирование внеаудиторной деятельности связано с методическими мероприятиями предусмотренными планами творческой и культурно-просветительской деятельности МБУДО «ДШИ № 7», а также с творческими замыслами преподавателя (выступления на конкурсах, фестивалях, творческих вечерах и др.).

Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся осуществляется в соответствии с программой внеклассно-воспитательной работы и внеурочной деятельности «ДЕЛУ - ВРЕМЯ, ПОТЕХЕ - ЧАС» для обучающихся по дополнительным предпрофессиональным программам в области музыкального искусства «Фортепиано», «Струнные инструменты», «Народные инструменты», «Духовые и ударные инструменты», «Хоровое пение», «Хореографическое творчество».

Объем самостоятельной работы определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания, параллельного освоения детьми программы начального и основного общего образования, с опорой на сложившиеся в МБУДО «ДШИ № 7» педагогические традиции и методическую целесообразность, а также индивидуальные способности обучающегося.

Периодичность занятий – каждый день; объем самостоятельных занятий в неделю – от 2 до 4 часов.

На первых этапах обучения важную роль играет сотрудничество с родителями (законными представителями) обучающихся. Серьезное, заинтересованное отношение родителей

(законных представителей) к обучению ребёнка благотворно сказывается на конечном результате обучения. Тесное взаимодействие преподавателя и родителей (законных представителей) устанавливается через организацию родительских собраний, индивидуальных бесед, проведение открытых уроков, классных концертов и других мероприятий. В результате такого сотрудничества родители (законные представители) становятся активными помощниками для своего ребёнка, включаются в организацию и грамотное планирование самостоятельных (домашних) занятий, способствуют достижению наиболее успешных результатов.

Самостоятельная работа осуществляется при условии обеспечения полной безопасности для здоровья. Педагог строго запрещает выполнять вне занятия некоторые разделы программы. Это такие разделы, как сценическая акробатика, сценический бой, специальные сценические навыки.

В самостоятельную работу обучающихся входит составление индивидуального тренинга, отработка элементов жонглирования и работа с предметами (например, с тростью).

Полезен и, подчас, необходим просмотр видеозаписей по рекомендации педагога. Это могут быть записи пластических и танцевальных спектаклей.

Индивидуальный тренинг может состоять из:

- растягивающих и вытягивающих упражнений;
- упражнений вращательных;
- упражнений на развитие координации;
- упражнений на чувство баланса;
- упражнений на развитие прыгучести

VI. Список учебной литературы

1. Гребенщиков, С. М. Белорусская народно сценическая хореография [Текст] / С. М. Гребенщиков; ред. Ю. М. Чурко. - Минск: Наука и техника, 1976 - 232 с.
2. Гусев, Г.П. Народный танец: методика преподавания [Текст]: учеб. пособие. - /Г.П. Гусев. - М.: Гуманитарный изд. Центр ВЛАДОС, 2012 - 608с.: ил.
3. Заикин, Н.И. Областные особенности русского народного танца. Ч.2[Текст]: учеб. – метод. пособие/ Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. - Орел:Орловский ГИИиК, 2004 - 687 с.
4. Зацепина, К.С. Народно-сценический танец [Текст]: учеб.–метод. Пособие / К.С.Зацепина, А.А. Климов. - М., 1976 -223с
5. Климов, А.А. Основы русского народного танца [Текст]: учебник для студентов вузов искусств и культуры. / А.А. Климов. - 3-е изд. - Котельнич: Изд-во МГУКИ, 2004 - 320 с.
6. Матвеев, В.Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания [Текст]: учеб. пособие. -Изд.2-е., стер. - СПб: Изд-во «Лань»; «Планета музыки», 2013 - 256с.
7. Музыкальное сопровождение урока народного танца [Ноты]: /автор-сост.В.Е.Зощенко. - СПб: Изд-во «Лань»; изд-во «Планета музыки», 2011 - 72с.: нот.
- 8.Мурашко, М.П. Формы русского танца [Текст]: Книга 1 Пляска. Часть 2 /М.П. Мурашко. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2007 -111с.: нот.
- 9.Ткаченко, Т.С. Народные танцы [Текст]: учеб.–метод. пособие. / Т.С.Ткаченко. - М.: Искусство, 1974 -111с.
- 10.Томилин, Д.В. Хлопушки [Текст]: метод. пособие. /Д.В.Томилин - М.:Век информации, 2010 – 29с.: ил.

11.Хворост, И.М. Белорусские танцы [Текст]: учеб. – метод. пособие. /И.М. Хворост. - Минск, 1974 - 96с.