

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
МАУДО «ДШИ №13 (т)», протокол
от 29.08.2022 г. № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО «ДШИ №13 (т)»
Л.Е.Кондакова
Приказ № 148 от 31.08.2022г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по предмету «Народно-сценический танец»

Направленность – художественная

Возраст обучающихся – 9-14 лет

Срок обучения – 5 лет

Согласовано:
Директор МАУДО «ДШХИ №17»
В.П.Комарова
(Договор о сетевом взаимодействии
и сотрудничестве от 29.08.2018 г.)

Авторы-составители:
Михалева Ульяна Геннадьевна,
Макарчук Наталья Юрьевна, преподаватели
хореографии МАУДО «ДШИ №13 (т)»

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа хореографического искусства № 17» Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа искусств №13 (татарская)»
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народно-сценический танец»
3.	Направленность программы	Художественная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1	ФИО, должность	Михалева Ульяна Геннадьевна, преподаватель хореографии МАУДО «Детская школа искусств №13 (татарская)»
4.2	ФИО, должность	Макарчук Наталья Юрьевна, преподаватель хореографии МАУДО «Детская школа искусств №13 (татарская)»
5.	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	5 лет
5.2	Возраст обучающихся	9-14 лет
5.3	Характеристика программы – тип программы – вид программы – принцип проектирования программы – форма организации содержания и учебного процесса	– дополнительная общеобразовательная программа – общеразвивающая – модульная, сетевая – с использованием дистанционных технологий и сетевых форм взаимодействия
5.4	Цель программы	Развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев, танцевальных композиций народов мира
5.5	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Экзерсис у станка Экзерсис на середине зала Вращения Диагонали Дробные выстукивания Этюды и танцевальные композиции Промежуточная аттестация Итоговый контроль
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы образовательной деятельности: - урок - зачет - репетиция - концерт - конкурс

		<ul style="list-style-type: none"> - мастер – класс - творческий просмотр - видеолекции; - видеоконференции, форумы, дискуссии; - онлайн-семинары; - онлайн - практические занятия; - чат; - видео-консультирование; - очный или дистанционный прием проверочного теста, в том числе в форме вебинара; - дистанционные конкурсы, фестивали, выставки; - мастер-классы; - веб – занятия <p>Методы образовательной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - словесные (объяснение, беседа, рассказ) - наглядно-слуховые (показ , наблюдение) - эмоциональные (подбор ассоциаций, образных сравнений, создание художественных впечатлений); - практические (работа над упражнениями, выполнение танцевальных элементов, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки) - дистанционные (презентации и - лекционный материал на электронных носителях, через социальные сети; - видео-конференции - обучающие сайты; - интернет-источники; - дистанционные конкурсы, и др.)
7.	Формы мониторинга результативности	<p>Первичный контроль (тестирование физических данных, музыкального слуха)</p> <p>Текущий контроль (опрос, наблюдение зачет, контрольный урок, отчетный концерт)</p> <p>Промежуточный контроль (зачеты)</p> <p>Итоговый контроль (экзамен)</p> <p>Портфолио достижений.</p>
8.	Результативность реализации программы	<p>Освоение техники выполнения элементов и связей, выполнение их в хореографических композициях.</p> <p>Победы в конкурсах и фестивалях различного уровня</p>
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	<p>29.08.2018 г.</p> <p>31.08.2022 г.</p>

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Народно-сценический танец» является частью Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей комплексной программы «Хореографическое искусство» и разработана для реализации в сетевой форме обучения.

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.

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

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе народного 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 учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

Программа может быть реализована как в очном формате, так и в дистанционном, в том числе в условиях временного ограничения (приостановки) для обучающихся занятий в очной (контактной) форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.07.2021);
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. от 05.09.2019, 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 1678-р;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.;
- Национальный проект «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);
- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», Совет по стратегическому развитию и приоритетным проектам. Протокол №11 от 30 ноября 2016 г.;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования,

образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 г. № 61573);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.01.2022 г. № 1068/22 «Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе адаптированных)»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 г. № ДГ-245/06 «Методические рекомендации по реализации дополнительных образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Набережные Челны «Детская школа искусств №13 (татарская)»

Срок реализации учебного предмета. Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с 6,5-7 лет составляет 5 лет.

Форма проведения учебных аудиторных занятий мелкогрупповые занятия, численность группы от 4 до 10 человек, рекомендуемая продолжительность урока – 1,5 часа (1 час 10 минут).

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности. Возможно использование очной и дистанционной формы обучения с использованием ТСО и электронных ресурсов сети Интернет, а также сокращение режима занятий с учетом использования технических средств обучения (при реализации программы в дистанционном режиме) согласно рекомендациям СанПин.

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся 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:

- обучение основам народного танца, развитие танцевальной координации;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощённости в танцевальной практике;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- развитие дисциплинированности;
- формирование волевых качеств;
- формирование навыков работы с информацией (поиск, сбор, анализ, воспроизведение) с использованием информационно-коммуникативных технологий.

Методы обучения

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ, видео-лекции);
- 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, фото и видео фиксация результатов деятельности);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления, навыки работы с информацией и техническими средствами);
- 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 являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

Материально-технические условия реализации учебного предмета.

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

- 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 х 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 (фонотека, видеотека, фильмотека, просмотрный видеозал, технические средства для подготовки видео уроков, конференций в режиме ВКС);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В школе созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

Учебный план 1 год обучения

№	Тема раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводный урок	1,5	0,5	1	Опрос письменный, устный, анкетирование, работа с карточками, работа в парах, малых группах, взаимозачет, практическое исполнение движений, элементов, связок, тестирование, фото и видео отчеты
2	Параллельные позиции ног 1,2,4,6. Свободные позиции ног 1,2,3,4	17	7	10	
3	Позиции рук в народно-сценическом характере	16	6	10	
4	Экзерсис на середине зала	25	12	13	
5	Подготовка к вращениям	8	3	5	
6	Элементы этюдов и танцев	6	2	4	
7	Прыжки с поворотом на 90°,180°,360°	15	7	8	
8	Подготовка к дробным элементам	12	5	7	
9	Промежуточная аттестация	1,5	0,5	1	
Итого		102	43	59	

Учебный план 2 год обучения

№	Тема раздела	Количество часов	Формы контроля
---	--------------	------------------	----------------

		Всего	Теория	Практика	
1	Вводный урок	1,5	0,5	1	Опрос письменный, устный, анкетирование, работа с карточками, работа в парах, малых группах, взаимозачет, практическое исполнение движений, элементов, связок, тестирование, фото и видео отчеты
2	Комплекс упражнений для разогрева	10	3	7	
3	Выворотные позиции ног	12	4	8	
4	Позиции рук в народно-сценическом характере	8	3	5	
5	Экзерсис у станка	18	8	10	
6	Прыжки в комбинациях	18	8	10	
7	Вращения	16	5	11	
8	Отработка техники движений	10	3	7	
9	Этюды и танцы	7	3	4	
10	Промежуточная аттестация	1,5	0,5	1	
Итого		102	38	64	

Учебный план 3 год обучения

№	Тема раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводный урок	1,5	0,5	1	Опрос письменный, устный, анкетирование, работа с карточками, работа в парах, малых группах, взаимозачет, практическое исполнение движений, элементов, связок, тестирование, фото и видео отчеты
2	Комплекс упражнений для разогрева	26	5	21	
3	Экзерсис у станка	30	5	25	
4	Дробные выстукивания	28	6	22	
5	Мужская техника	20	5	15	
6	Этюды и танцы	30	12	18	
7	Вращения	16	6	10	
8	Промежуточная аттестация	1,5	0,5	1	
Итого		153	40	113	

Учебный план 4 год обучения

№	Тема раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводный урок	1,5	0,5	1	Опрос письменный, устный, анкетирование, работа с карточками, работа в парах, малых группах, взаимозачет, практическое исполнение движений, элементов, связок, тестирование, фото и видео отчеты
2	Комплекс упражнений для разогрева	29	5	24	
3	Экзерсис у станка	43	13	30	
4	Дробные выстукивания	30	12	18	
5	Мужская техника исполнения хлопущек	20	7	13	
6	Этюды и танцы	28	8	20	
7	Промежуточная аттестация	1,5	0,5	1	
Итого		153	46	107	

Учебный план 5 год обучения

№	Тема раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводный урок	1,5	0,5	1	Опрос письменный, устный, анкетирование, работа с карточками, работа в парах, малых группах, взаимозачет, практическое исполнение движений, элементов, связок, тестирование, фото и видео отчеты
2.	Комплекс упражнений для разогрева	20	5	15	
3.	Экзерсис у станка	30	5	25	
4.	Развитие координации	25	5	20	
5.	Развитие танцевальности у станка	15,5	5	10,5	
6.	Отработка техники движений	28	2	26	
7.	Этюды и танцы	30	3	27	
8.	Промежуточная аттестация	1,5	0,5	1	
9.	Итоговая аттестация	1,5	0,5	1	
	Итого	153	26,5	126,5	

Содержание программы.

1 год обучения. (3 класс)

Цель: Развитие творческого потенциала ребёнка, воспитание национального самосознания через приобщение к танцу, воспитание музыкально-двигательной культуры.

Задачи:

- изучить основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса вовремя исполнения простейших элементов;
- развить элементарные навыки координации движений, ориентацию в пространстве;
- воспитывать культуру исполнения, общения с партнёром, начальные навыки ансамблевого исполнения.

Раздел 1. Вводный урок.

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Практика. Построение в зале.

Раздел 2. Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4.

Теория. Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4. Грамотное исполнение. Работа на мышцах. Релеве, подготовка к штопору, штопор.

Практика. Параллельные позиции ног 1.2.4.6. Свободные позиции ног-1.2.3.4. Проучивание в медленном темпе. Развитие устойчивости, введение полупальцев.

Раздел 3. Позиции рук в народно-сценическом характере.

Теория. Грамотная постановка рук.

Практика. Работа на мышцах. Правильная осанка при работе с руками. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Положение рук на поясе, в паре.

Раздел 4. Экзерсис на середине зала (подготовка к экзерсису у станка).

Теория. Малые и большие приседания. Батман тандю. Б.Т жете. Пассе.

Практика. Малые и большие приседания. Батман тандю. Б.Т с работой голеностопа. Б.Т жете. Пассе. Работа для бедра. Работа на мышцах. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде.

Раздел 5. Подготовка к вращению.

Теория. Методика исполнения. Грамотное исполнение. Шене.

Практика. Подготовка к шене. Подскок в повороте. Укрепление вестибуляр-ного аппарата. Тренинг координации.

Раздел 6. Элементы этюдов и танцев.

Теория. Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.

Практика. Практическое выполнение движений, передача народного характера в движении.

Раздел 7. Прыжки с поворотом на 90гр. 180гр. 360гр

Теория. Прыжки сотэ, поджатые, разножка. Грамотное исполнение. Элевация. Баллон.

Практика. Прыжки сотэ, поджатые, разножка. Прыгучесть. Точное приземление. Развитие силы мышц стопы, ахиллова сухожилия, икроножной мышцы, мышц бедра (развитие баллона и элевации).

Раздел 8. Подготовка к дробным элементам.

Теория. Соскок, скачок, перескок.

Практика. Грамотное положение стопы у щиколотки, колена, грамотное исполнение соскока, скачка, перескока. Работа над техникой исполнения четкости удара и лёгкости.

Раздел 8. Промежуточная аттестация.

Теория. Практика. Контрольный урок.

Содержание программы

2 год обучения (4 класс).

Цель: Освоение элементов русского, татарского, эстонского, белорусского танца, характера и манеры исполнения.

Задачи:

- обучить основным элементам у станка, технике вращения в характере русского, украинского, татарского танцев;
- развивать координацию движений;
- воспитывать чувство ответственности, групповой сплочённости.

Раздел 1. Вводный урок.

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения.

Практика. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Раздел 2. Комплекс упражнений для разогрева.

Теория. Повторение и закрепление пройденного материала

Практика. Грамотное исполнение упражнений на мышцах с хорошей амплитудой движения

Раздел 3. Выворотные позиции ног.

Теория. 1.2.3 лицом к станку Методика исполнения.

Практика. Работа на мышцах Упражнения для развития выворотности, эластичности.

Раздел 4. Позиции рук в народно-сценическом характере.

Теория. Пор де бра в русском характере. Позиции рук в народно-сценическом характере 1, 2, 3.

Практика. Пор де бра в русском характере. Упражнения проучиваются в медленном спокойном темпе, в чистом виде. Правильная осанка при работе с руками.

Раздел 5. Экзерсис у станка.

Теория. Маленькие и большие приседания по 1,2, 3 позициям. Упражнения с ненапряженной стопой по 3, 6 поз. Маленькие броски во всех направлениях. Упражнение для бедра. Методика исполнения.

Практика. Маленькие и большие приседания по 1,2, 3 позициям. Батман тандю. Каблучное упражнение в пол во всех направлениях. Подготовка к веревочке (подъем-перевод). Подготовка к ковырялочке. Маленькие броски во всех направлениях. Движения в медленном спокойном темпе, в чистом виде Упражнения для развития выворотности, эластичности, гибкости, на сокращение и расслабление мышц, а также развитие силы мышц. Развитие силы мышц стопы, ахиллова сухожилия, икроножной мышцы, мышц бедра (развитие баллона и элевации).

Раздел 6. Прыжки в комбинациях.

Теория. Сотэ, поджатые, разножка, завис.

Практика. Сотэ, поджатые, разножка, толчок сильной стопой с крепким корпусом, грамотное точное приземление, завис. Упражнения на развитие легкости, элевации и баллона. Работа на мышцах Развитие высоты прыжка, эластичности приземления, Чистоты поз, музыкальности исполнения, выносливости.

Раздел 7. Вращение.

Теория. Техника вращения. Методика исполнения.

Практика. Вращение по диагонали, по прямой. Шенэ. Подскок в повороте. Бег в повороте. Укрепление вестибулярного аппарата.

Раздел 8. Отработка техники движений.

Теория. Методика исполнения.

Практика. Совершенствование танцевальной техники.

Раздел 9. Этюды и танцы.

Теория. Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.

Практика. Этюды: русский, татарский, эстонский, белорусский. Эмоции. Техника, выразительность.

Раздел 10. Промежуточная аттестация.

Теория. Практика. Контрольный урок.

Содержание программы 3 год обучения (5 класс).

Цель: Развитие выразительности и музыкальности исполнения, умения передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев.

Задачи:

- обучить элементам у станка с усиленной координацией и силовой нагрузкой;
- развивать у обучающихся способность к самостоятельной и коллективной деятельности;
- воспитывать чувство эмоциональной отзывчивости.

Раздел 1. Вводный урок.

Теория. Практика. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Раздел 2. Комплекс упражнений для разогрева.

Теория. Повторение и закрепление пройденного материала.

Практика. Танцевальные композиции из пройденного ранее материала. Грамотное исполнение на мышцах с хорошей амплитудой движения

Раздел 3. Экзерсис у станка.

Теория. Каблучное упражнение. Маленькие броски. Флик-фляк. Батман девлопэ. Методика исполнения.

Практика. Полуприседание и полное приседание по 6 и 4 параллельным позициям. Батман тандю с увеличением переводов, в сочетании с полуприседанием с подниманием опорной пятки. Каблучное упражнение - основной вид в сочетании с ковырялочкой. Маленькие броски с пике каблуком и носком, сквозное с одновременным ударом опорной пятки (2-е полугодие). Флик-фляк с мазком, акцентируя движение к себе, с добавлением удара подушечкой, с переступанием. Батман девлопэ - плавное, отрывистое. Подготовка к веревочке и веревочка в русском характере. Упражнения для бедра. Змейка одинарная и двойная. Большие броски во всех направлениях, с опусканием на каблук рабочей ноги, с опусканием на каблук с полуприседанием. Занятия у станка проходят для

разогрева всех групп мышц, работа над выразительностью. Подготовка к танцевальным элементам, танцам.

Раздел 4. Дробные выстукивания.

Теория. Каблучная дробь, трилистник. методика исполнения.

Практика. Работа над техникой исполнения четкости удара и лёгкости.

Раздел 5. Мужская техника.

Теория. Простые хлопушки в комбинациях. Качалка. Методика исполнения. Уровень присядок и полуприсядок, техника исполнения хлопушек.

Практика. Простые хлопушки в комбинациях. Опускание на колено и перевод с колена на колено по 6-поз (лиц к станку). Качалка (одинарная, двой-ная) лиц к ст. Присядки и полуприсядки. Присядка с проскальзыванием во 2-ю поз. Техничность исполнения, сила и выносливость.

Раздел 6. Этюды и танцы.

Теория. Методика исполнения.

Практика. Элементы русской польки. Украинский этюд, узбекский, татарский, итальянский. Передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства. Знакомство с основами импровизации на примере танца «Перепляс».

Раздел 7. Вращение.

Теория. Вращение в комбинациях. Методика исполнения.

Практика. Шенэ с переходом на каблук с добавлением дробных элементов. Вращение в комбинациях. Укрепление вестибулярного аппарата.

Раздел 8. Промежуточная аттестация.

Теория. Практика. Показ. Самоконтроль. Открытый контрольный урок.

Содержание программы

4 год обучения (6 класс).

Цель: Совершенствование техники исполнения экзерсиса у станка, дробных упражнений и мужской техники.

Задачи:

- обучить технике исполнения дробных движений;
- развивать суставно-связочный аппарат (стопы и колени), силу и выносливость;
- воспитывать сценическую культуру.

Раздел 1. Вводный урок.

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Практика. Опрос, показ

Раздел 2. Комплекс упражнений для разогрева.

Теория. Повторение, закрепление пройденного материала

Практика. Танцевальные композиции из пройденного ранее материала. Грамотное исполнение на мышцах с хорошей амплитудой движения

Раздел 3. Экзерсис у станка.

Теория. Круазе, Батман Фондю, Ронде де Жамб

Практика. Каблучное упражнение с добавлением мазка подушечкой стопы рабочей ноги. Сочетание Батман Тандю жетэ с переходом на рабочую ногу. Упражнения с ненапряженной стопой, с двойным мазком, с двойным мазком и последующим ударом подушечки, на Круазе. Батман Фондю, позднее - высокие развороты. Ронде де Жамб по воздуху. Вербочка с выносом ноги на каблук, вербочка в сочетании с ковырялочкой. Большие броски с переходом на рабочую ногу грамотное техничное исполнение в медленном темпе по выворотным и параллельным позициям. Занятия у станка проходят для разогрева всех групп

мышц, работа над выразительностью. Подготовка к танцевальным элементам, танцам.

Раздел 4. Дробные выстукивания.

Теория. Дробные выстукивания в комбинациях

Практика. Лёгкость, точность удара

Раздел 5. Мужская техника исполнения хлопущек.

Теория. Присядки и полуприсядки. Хлопушки в комбинациях. Трюковые элементы: ползунок, самоварчик, ключ. Методика исполнения.

Практика. Выполнение присядок и полуприсядок, хлопущек в комбинациях, трюковых элементов: ползунок, самоварчик, ключ. Работа над силой и выносливостью.

Раздел 6. Этюды и танцы.

Теория. Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.

Практика. Элементы русского танца: ходы и движения на месте, переменный, дробный ход, трилистник, поворот с хлопущками, веревочка с переступанием. Элементы молдавского танца. Польский сценический танец, венгерский народный танец, марийский, башкирский. Работа над танцевальностью, передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства.

Раздел 7. Промежуточная аттестация.

Теория. Практика. Контрольный урок. Показ. Самоконтроль.

Содержание программы 5 год обучения (7 класс).

Цель: Совершенствование техники исполнения движений у станка и на середине зала за счёт более сложной координации в комбинациях.

Задачи:

- обучить русскому, татарскому, украинскому, польскому, венгерскому, башкирскому танцам в этюдной форме;
- развивать координацию движений в танцевальных комбинациях, творческое воображение, фантазию;
- воспитывать чувство ответственности, групповой сплочённости, сценическую культуру.

Раздел 1. Вводный урок.

Теория. Цели, задачи и содержание программы обучения.

Практика. Правила техники безопасности и санитарной гигиены при работе в танцевальном зале и на сценической площадке.

Раздел 2. Комплекс упражнений для разогрева.

Теория. Повторение и закрепление пройденного материала

Практика. Грамотное исполнение на мышцах с хорошей амплитудой движения.

Раздел 3. Экзерсис у станка.

Теория. Методика исполнения.

Практика. Полные приседания по 1, 2, 5 поз с наклоном корпуса. Круговые перегибы. Подготовка к веревочке с прыжком на опор ноге (если ребенок прошел полный курс). Веер с подскоком. Флик-фляк с переступаниями. Флик-фляк с томбе. Большие броски с полукругом и томбе. Грамотное техничное исполнение в быстром и медленном темпе по выворотным и параллельным позициям. Подготовка. к танцевальным элементам, танцам.

Раздел 4. Развитие координации.

Теория. Техника исполнения элементов.

Практика. Лёгкость, точность исполнения движений на координацию, быстрое ориентирование в пространстве.

Раздел 5. Развитие танцевальности у станка

Теория. Практика. Техничность исполнения, сила и выносливость, артистичность.

Раздел 6. Отработка техники движений.

Теория. Практика. Лёгкость, точность, танцевальность, артистичность

Раздел 7. Этюды и танцы.

Теория. Методика исполнения движений в характере разных народностей, их характеристика, манеры и нравы.

Практика. Этюды: русский, татарский, украинский, польский, венгерский, башкирский. Передача характера, стиля, техники исполнительского мастерства.

Раздел 8. Промежуточная аттестация.

Теория. Практика. Контрольный урок.

Раздел 9. Итоговая аттестация.

Теория. Практика. Экзамен по предмету «Народно-сценический танец»

Список литературы

Для педагога:

1. Народно-сценический танец. Ч. 1-я. Учеб.-метод. пособие для средних спец. и высших учебных заведений искусств и культуры. М., «Искусство», 1976
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учебное пособие для вузов искусств и культуры. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 208 с.: ил.: ноты.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для студ. вузов искусств и культуры. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 208 с.: ил.: ноты.

4. Татарские танцы.- Казань, Магариф, 2002. – 143 с.
5. Барышникова Т. "Азбука хореографии" методические указания в помощь учащимся и педагогам..., СПб, 1996
6. "Народно-сценический танец" методические рекомендации, К., 1998
7. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб.пособие для студ.учреждений сред.проф.образования. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 3003. – 256 с.:ил.
8. Тагиров Г.Х. "Сто танцевальных фольклорных танцев", К., 1988
9. Тагиров Г.Х. "Татарские танцы", К., 2001

Для учащихся:

10. Барышникова Т. "Азбука хореографии" методические указания в помощь учащимся и педагогам..., СПб, 1996
11. Коптелова Е.Д. «Игорь Моисеев – академик и философ танца». - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. – 416с.
12. Новерр Ж.Ж. «Письма о танце»/ Пер. с фр. Под ред. А.А. Гвоздева. 2-у изд., испр. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007. – 384с.
13. Г.Я. Власенко. Танцы народов Поволжья. Изд.-во «Самарский университет» 1992
14. К.Зацепина. Народно-сценический танец, - М.,1976.
15. А.Климов. Основы русского народного танца, - М.,1981.
16. А.В.Кузнецов. Программа по народно-сценическому танцу, - М.,1980.
17. Программа обучения по татарскому народному танцу, под редакцией Ю.П.Смышляева, - Набережные Челны, 1984.
18. А.Вагапов, Н.Вагапова. Акатуй, -Чебоксары.,1979.

Интернет-ресурсы:

19. Присядки и полуприсядки <https://youtu.be/ODj9dMrFMpg>
20. Дробь с перескоком <https://youtu.be/ChleSe15EqO>
21. Движение «Веревочка» <https://youtu.be/HvB4DAX3Qjk>
22. Растяжка стоп и подколенных связок https://vk.com/video-32114177_456239380

23. Упражнение «Бочонок» <https://youtu.be/Bq5dVJhDjCc>
24. Упражнения на подвижность тазобедренных суставов https://youtu.be/twcl_dmovOc
25. Комбинация на основе одинарного, двойного и тройного прыжков https://youtu.be/dO7b5_TGHFs
26. Ковырялочка с тройным прыжком. https://youtu.be/igGzVH7_vI
27. Повторение комбинации на основе одинарного, двойного и тройного прыжков https://youtu.be/dO7b5_TGHFs
28. Повторение дроби с перескоком <https://youtu.be/ChleSe15EqO>
29. Мужская хлопушка по голенищу сапога <https://youtu.be/6UIOjw-XR50>
30. Комбинация хлопушки ключ одинарный <https://youtu.be/cfXKkBw1kn4>
31. Комбинация веревочки с перескоком <https://youtu.be/WvIJL7Roqs>
32. Комбинация веревочка и соскок по 2 позиции <https://youtu.be/ee3KaG9gkmc>
33. Русский танец. Плясовая комбинация https://youtu.be/fzIjkrYw8_U