

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ИМ. М.А. БАЛАКИРЕВА»  
ВАХИТОВСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»**

**Рабочая программа по учебному предмету  
«НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»**

**Срок реализации – 4 года**

**Казань**

## **Структура программы**

### **1. Пояснительная записка**

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

### **2. Содержание учебного предмета**

- *Сведения о затратах учебного времени.*
- *Годовые требования по классам.*

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

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

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

### **5. Методическое обеспечение учебного процесса**

- *Методические рекомендации педагогическим работникам.*

### **6. Список литературы и средств обучения**

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, Приказа Министерства просвещения РФ от 9.11.2018 г. N 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области хореографического развития детей в детских школах искусств.

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

Народно-сценический танец является одним из основных предметов предметной области «Хореографическое искусство». В соответствии с учебными планами программы «Хореографическое искусство» предмет «Народно-сценический танец» изучается с 3 по 7 классы (7-летний срок обучения).

Содержание учебного предмета «Народно-сценический танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика и танец», «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 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.

### **Срок реализации учебного предмета**

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в ДШИ в 1 класс в возрасте с шести лет составляет 4 года.

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

<b>Вид учебной работы, учебной нагрузки</b>	<b>Классы</b>	
	4-5	6-7
Максимальная учебная нагрузка	136	204
Количество часов на аудиторные занятия	136	204
Общее количество часов на аудиторные занятия	340	

### **Форма проведения учебных аудиторных занятий:**

Групповые занятия, численность группы от 10 до 15 человек, продолжительность урока – 45 минут.

### **Цель и задачи учебного предмета**

**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.

### **Задачи:**

- обучение основам народного танца,
- развитие танцевальной координации;
- обучение виртуозности исполнения;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- развитие дисциплинированности;
- формирование волевых качеств.

### **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.

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

Необходимый для реализации программы «Народно-сценический танец»

перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

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

– наличие музыкального инструмента (фортепиано, баян) в классе;

– учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;

– помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку);

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

## 2. Содержание учебного предмета

### Срок обучения – 4 года

Класс	4	5	6	7
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	34	34	34	34
Количество часов на аудиторные Занятия (в неделю)	2	2	3	3
Общее количество часов на аудиторные занятия (по годам)	68	68	102	102
Общее количество часов на аудиторные занятия	340			

### Первый год обучения (4 класс)

Изучение основных положений рук, положение рук в паре, основных движений и ходов танца.

Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России):

- Татарский танец.
- Русский народный танец.
- Белорусский народный танец: («Крыжачок», «Лявониha», «Веселуха», «Бульба»).
- Танец народов Прибалтики:
- Эстонский танец («Йоску – полка»), Литовский танец «Руцавейтис».

### **Второй год обучения (5 класс)**

Изучение основных положений рук, положение рук в паре, основных движений и ходов танца.

- Региональные танцы (республик и автономных округов, и республик в составе России): «Удмурдский танец», «Чувашский танец», «Марийский танец» (на выбор педагога).
- Региональные особенности исполнения татарского танца: «Казанских татар», «Оренбургских татар», «Касимовских татар», «Сибирских татар», «Крымских татар» (на выбор педагога).
- Областные особенности исполнения русского народного танца: Народов севера – запада России, Народов севера – востока России, (на выбор педагога).
- Танцы мира: «Итальянский танец Тарантелла», «Китайский танец», «Вьетнамский танец», «Таджикский танец», «Узбекский танец», (на выбор педагога).
- Украинский народный танец.

### **Третий год обучения (6 класс)**

- «Танцы народов Севера» (на выбор педагога).
- Танцы народов России. Разновидность форм русского танца: «Кадриль», «Перепляс», «Хоровод».
- Танцы народов мира: Молдавский танец «Сырба», Польский народный танец «Мазурка», «Краковяк» (на выбор педагога), «Ирландский танец», «Еврейский танец», «Греческий танец», «Болгарский танец» (на выбор педагога).

## **Четвертый год обучения (7 класс)**

– Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России): «Башкирский танец», «Мордовский танец», «Калмыцкий танец», «Карелия» (на выбор педагога).

– Танцы народов мира: «Танцы народов Кавказа», «Венгерские танцы», Испанские танцы: «Фламенко», «Арагонская хота», «Молдавские танцы», «Цыганские танцы» (на выбор педагога).

## **Первый год обучения**

### **Основные задачи и навыки:**

1. Осваиваются простейшие элементы и движения народно-сценического танца у станка и на середине зала.

2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.

3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений. Постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине);

- позиции ног: 5 свободных; 5 прямых; 2 закрытых.
- позиции и положения рук: подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса); 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце); 4-я позиция (руки на талии).

Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

### **Экзерсис на середине зала**

4 класс

### **Упражнения у станка:**

1. Preparation - открывание руки.
2. Demi-plié, grand plié по выворотным позициям
3. Battement tendu с переводом стопы с носка на каблук
4. Battement tendu jete – маленький бросок ноги на воздух на 45° с акцентом от себя, с demi-plié в момент броска P.H.

5. Подготовка к «верёвочке»
6. Упражнение на выстукивания всей стопой
7. Battement developpe – раскрывание ноги на 90°
8. Grand battement jete – большой бросок ноги на воздух
9. Port de bras – упражнение для рук и для корпуса

**Упражнения, исполняемые лицом к станку:**

Подготовка к полуприсядкам, к присядкам, растяжки.

**Занятие на середине зала.**

1. Упражнения для рук и корпуса в характере изучаемых народных танцев
2. Прыжки
3. Повороты, вращения на месте, по диагонали.
4. Этюды на основе танцев определенных программой их лексика, музыкальное сопровождение, особенности костюма
5. Творческие задания: создание различных образов на материале изучаемых народных танцев.

**Изучаемые танцы:**

1.Русские танцы.

Элементы танца:

Основные положения рук:

1. Подготовительное первое и второе.
2. Подготовка к началу движения.
3. Положение рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Основные положения ног:

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

**Основные движения:**

1. Раскрывание и закрывание рук:
  - одной руки,
  - двух рук,
  - поочередные раскрывания рук,

- переводы рук в различные положения.
- 2. Поклоны:
  - на месте без рук и с руками,
  - поклон с продвижением вперед и отходом назад.
- 3. Притопы:
  - одинарные (женские и мужские),
  - тройные.
- 4. Перетопы тройные.
- 5. Простой (бытовой) шаг:
  - вперед с каблука,
  - с носка.
- 6. Простой русский шаг:
  - назад через полупальцы на всю на всю стопу
  - с притопом и с продвижением назад и вперед.
- 7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.
- 8. «Гармошка».
- 9. «Елочка».
- 10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции:
  - вперед и назад по 1-й прямой позиции.
- 11. Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробям).
- 12. Бег на месте и в продвижении вперед и назад на полупальцах.
- 13. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.
- 14. «Веревочка» простая.
- 15. «Ковырялочка» с двойным притопом.
- 16. «Ключ» простой (с переступаниями).
- 17. Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары):
  - в ладошки,
  - по бедру,

– по голенищу сапога.

#### 18. Присядки для мальчиков.

- Подготовка к присядке по 1-й прямой и свободной позициям.
- Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной. позициям.
- Подскоки и присядки по 1-й свободной позициям.

### 2. Татарские танцы.

Элементы танцы:

1. Беренче йөреш – первый ход, второй ход, третий ход.
2. Төп йөреш – основной ход.
3. Ярты бармакка күтәрелеш – приподнимание на полупальцах.
4. Чугу – туп – присядка, мальчики.
5. Бер-бер артлы атлау – перебор.
6. Тимерчеләр – кузнецы.
7. Бер аяк белән чалыштыру – одинарное захлестывание, двойное захлестывание.
8. Борма.
9. Сикерүле ярты борма – полуповорот с подскоком.
10. Бераяк белән кадак кагу – забивание гвоздей.
11. Берле бишек – одинарная зыбка, двойная зыбка.
12. Укчә-баш – пятка носок.
13. «Елочка, гармошка».
14. Притопы.
15. «Эпипә».
16. Өчпочмак – треугольник.
17. Па-де бас.
18. Этюд татарского танца.
19. Бишек.

### 3. Белорусские танцы.

Белорусские танцы по своему лексическому материалу очень удобны для обучения детей. Характер движений легкий и трамплинный. Наиболее

известными танцами Белоруссии являются «Лявониха», «Крыжачок» и полька.

На первом году обучения предлагается «Крыжачок».

- положение рук в сольном танце,
- положение рук в массовых и парных танцах,
- подготовка к началу движения.

Элементы танца «Крыжачок»:

- Притопы одинарные.
- Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.
- Тройные подскоки на двух ногах по 1-ой прямой позиции.
- Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.
- Основной ход «Крыжачок».
- Поочередное выбрасывание ног на каблук вперед.
- Тройные притопы с поклоном.
- Присядки на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из

стороны в сторону (для мальчиков).

Движения польки.

1. Простые подскоки польки:

- на месте,
- вокруг себя,
- с продвижением вперед, назад и в сторону.

2. Простые подскоки с хлопками и поклонами.

3. Простые подскоки в повороте парами под руки.

4. Галоп в сторону.

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

- основные положения позиций рук и ног в народном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов русского, татарского 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, татарского и белорусского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

## **Второй год обучения**

### **Основные задачи и навыки:**

Со II полугодия постепенно соединяются движения ног с переводом рук. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды (1-2) из 2-3-х ранее пройденных движений (формирование навыков партнерства).

### **Экзерсис у станка и на середине (5 класс)**

#### **Упражнения у станка:**

- Demi и grand plié невыворотным YI, II, IY позициям ног
- Battement tendu: с demi-plié в момент перехода Р.Н. с носка на каблук; при возвращении Р.Н. в Y поз. ног
- Battement tendu jete с сокращением стопы на воздухе
- Rod de jambe, rond de pied - круг ногой по полу носком, пяткой.
- Pas tortille – поворот стопы – «зигзаг» - без удара
- «Верёвочка».
- Упражнение на выстукивания
- Battement developpe – раскрывание ноги на 90° (резкое)
- Grand battement jete – большой бросок ноги на воздух с опусканием на пятку

#### **Упражнения, исполняемые лицом к станку:**

Подготовка к «штопору», «штопор», подготовка к «качалке», «качалка», подготовка к прыжкам, растяжки.

#### **Занятие на середине зала:**

– Упражнения для рук и корпуса, прыжки, повороты, вращения на месте, по диагонали, подготовка к вращениям по полукругу в характере изучаемых народных танцев

– Этюды на основе танцев, определенных программой их лексика, музыкальное сопровождение, особенности костюма

– Творческие задания: соревнование на лучшее исполнение движений изучаемого народного танца с предметом (платочек, фартук, тубетейка и др.)

Экзерсис на середине зала.

### **Изучаемые танцы:**

#### Русские танцы.

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

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

3. Бытовой шаг с притопом.

4. «Шаркающий шаг»

– каблуком по полу,

– полупальцами по полу.

5. «Переменный шаг»:

– с притопом и продвижением вперед и назад,

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

6. «Девичий ход» с переступанием.

7. Боковое «припадание»:

– с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги,

– с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.

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

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

10. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.

11. «Веровочка»:

- с двойным ударом полупальцами,
- простая с поочередными переступаниями,
- двойная с поочередными переступаниями.

12. «Ковырялочка» с подскоками.

13. «Ключ» простой на подскоках.

14. Дробные движения:

- простая дробь на месте,
- тройная дробь,
- простая дробь полупальцами на месте,
- дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением

вперед.

15. Присядки для мальчиков:

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

16. Хлопки и хлопущки.

- удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперед, сзади и в сторону,
- фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу
- по голенищу сапога спереди крест – накрест.

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

Татарский танец:

Элементы танца:

- Пад–де–баск (в повороте, с подскоком).
- «Станок».
- Бетелеру –волчок.

- Вак тыпыру – мелкая дробь.
- Дробные ходы.
- Аяк атып тыпырдау – дробь с откидыванием ноги.
- Присядка – разножка в воздухе.
- Әйләнү шене. Вращение шене.
- Вальсовые повороты.
- Этюд татарского танца.

#### Татарские танцы (на выбор педагога):

- Казанских татар,
- Крымских татар,
- Астраханских татар,
- Сибирских татар.

#### Танцы народов Поволжья (на выбор педагога).

#### Чувашский танец.

#### Элементы танца:

- Положение рук в чувашском танце (5 позиций).
- Позиции ног (1 я, 2 я, 3 я, невыворотная 6 я).
- Шаги «Уханса».
- Боковы шаги «Косичка».
- «Вперед и назад на полупальцах».
- «Каялла кайни». Продвижение назад.
- «Елочка» с одной ноги.
- «Гармошка».
- Па –де –баск.
- Шаг с подскоком.
- Вращение на месте на одной ноге.
- Притопы.
- Этюд чувашского танца.

#### Украинские танцы:

Элементы танца:

1. Позиции и положения ног.
2. Позиции и положения рук.
3. Положения рук в парном и массовом танце.
4. Подготовка к началу движения.
5. Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские и мужские).
6. Притоп.
7. «Веревочка»:

– простая,

– с переступаниями,

– в повороте.

8. «Доришка простая» припадание, с продвижением в сторону, с поворотом.

9. «Доришка плетена» с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.

10. «Выхиястник» ковырялочка:

– «выхиястник с угинанием».

11. «Бигунец».

12. «Голубец» на месте и с продвижением в сторону.

Итальянский сценический танец «Тарантелла».

Элементы танца:

(Музыкальный размер 6/8)

1. Положение ног, характерные для танца.

2. Положение рук в танце.

3. Движение рук с тамбурином.

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

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

– с последующим ударом носка по полу и одновременным подскоком на

опорной ноге, на месте и с продвижением назад.

6. Бег «тарантеллы».

7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колени.

8. Перескоки с ноги на ногу.

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

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

По окончании второго года обучения учащиеся 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, народов Поволжья, итальянского и украинского танцев;
- манеру исполнения упражнений и характер русского, татарского, украинского танцев;
- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.

### **Третий год обучения**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях.

2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса.

3. Темпы движений остаются умеренными.

4. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.

5. Формируются навыки выразительного исполнения движений.

6. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью, у девочек - левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

## **Экзерсис у станка и на середине (6 класс.)**

### **Упражнения у станка**

1. Demi и grand plié по выворотным и невыворотным YI, II, IY позициям
2. Battement tendu с подъёмом пятки опорной.
3. Battement tendu jete: с demi-plie в момент броска Р.Н., в момент возвращения Р.Н. в Y поз. ног.
4. Rod de jambe, rond de pied до стороны, назад; с demi-plie на опорной ноге.
5. Каблучное упражнение по III позиции ног.
6. Подготовка к flic-flac без удара Р.Н. по YI позиции ног.
7. Pas tortille с двойным поворотом стопы.
8. Battement fondu – движение на 45° с заворотом и разворотом Р.Н.
9. Упражнение для бедра с поворотом из выворотного положения в невыворотное и обратно.
10. Упражнение на выстукивания
11. Battement developpe с ударом пятки О.Н.
12. Grand battement jete с demi-plie на О.Н. в момент броска

### **Упражнения, исполняемые лицом к станку:**

Растяжки, подготовка к прыжкам, к присядкам.

### **Занятие на середине зала.**

1. Упражнения для рук и корпуса, прыжки, вращения на месте, по диагонали, по полукругу в характере изучаемых народных танцев
2. Этюды на основе танцев, определенных программой, их лексика, музыкальное сопровождение, особенности костюма

**Творческие задания: этюды на развитие актёрского мастерства, мимики, пластической выразительности.**

Экзерсис на середине зала

Русские танцы. Формы танца.

Элементы танца:

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударами каблуком впереди стоящей ноги.

3. «Ключ» с двойной дробью.
4. Дробная дорожка с продвижением вперед и с поворотом.
5. Двойная дробь.
6. Дробь на «три ножки».
7. «Моталочка».
  - с задеванием пола каблуком,
  - с акцентом на всю стопу,
  - с задеванием пола каблуком.
8. «Маятник» в прямом положении.
9. Подбивка «голубец»,
10. Быстрый бег с продвижением вперед и назад,
11. Хлопушки.
  - на подскоках с ударом по голенищу сапога перед собой,
  - на подскоках с ударом по голенищу сапога сзади,
  - поочередные удары по голенищу сапога и сзади на подскоках,
  - удары двумя руками по голенищу одной ноги,
  - удары по голенищу вытянутой ноги.
12. Присядки.
  - присядка с «ковырялочкой»,
  - присядка с ударом по голенищу, ступней спереди и сзади,
  - присядки по 1-ой позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,
  - присядка «мяч»,
  - «гусиный шаг»,
  - «ползунок».
13. Прыжки,
  - прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте и с продвижением вперед,
  - прыжок с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам,
  - прыжок по голенищам спереди.

#### 14. Вращения.

- на подскоках вперед в продвижении по диагонали,
- с откидыванием ног назад.

#### Башкирские танцы.

##### Элементы танца:

1. Положение ног и рук. Движение рук у девушек сопровождаются часто вывертом и прищелкиванием пальцев.

##### 2. Ходы:

- простой по 6 –й позиции (вперед с носка),

3. «Трилистник» с продвижением.

4. Широкий ход (у мальчиков) слегка согнутыми коленями по 6-й позиции и с переступанием по 5-й позиции.

5. Ходы по 6-й позиции у девушек, сопровождающиеся движением рук и кистей.

6. Приседание в пол, с работой рук и кистей.

7. Вращение по 6-й и 5-й позициям.

##### Характерные движения для мальчиков:

1. Вербочка с переступанием через 6-ю позицию.

2. Трилистник на месте и в повороте.

3. Широкий ход согнутыми коленями по 6-й позиции с прыжком в повороте.

4. Прыжковые элементы с поднятием ног (под себя согнута одна нога, другая согнута в стороне) одновременно.

5. Легкие движения из стороны в сторону открывающихся ног по 6-й позиции с притопом.

6. Выпады по 6-й позиции просто и через прыжок.

7. Этюд башкирского танца.

#### Молдавские танцы.

##### Элементы танца:

1. Положение ног.

2. Положение рук в сольном и в массовом танце.
3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, в продвижении).
4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с продвижением, в повороте.
5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается до колена.
6. Припадание (перекрестный ход) со сменой позиции спереди сзади.
7. Ход на одну ногу с прыжком.
8. Выбросы ног крест – на крест с подскоком на одной ноге.
9. Украинские танцы.
10. Медленный женский ход.
11. Ход назад с остановкой на третьем шаге.
12. «Веребочка» двойная.
13. «Тынок» (перескок с ноги на ногу).
14. «Поход – вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед).
15. «Голубец» с притопом.
16. «Выступцы» подбивание одной ногой другую.
17. «Разножка» для мальчиков.
18. «Ястреб» прыжок с поджатыми ногами по 1-й открытой позиции.

#### Ирландские танцы.

Элементы танцев:

1. Хил. Хоп. Хоп бэк.
2. Чендж. Требл. Твист.
3. Тернс. Слайд. Свинг.
4. Променанд. Пойнд. Кик.
5. Простые элементарные клики.
6. Джам. Риловый прыжок,
7. Этюд ирландского танца.

#### Польский сценический танец «Мазурка».

Элементы танца:

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

2. Положение рук и ног.
3. Волнообразное движение руки.
4. Поклоны.
5. «Ключ» (одинарный, двойной).
6. «Заключение» (одинарное).
7. Pas balance.
8. Перебор (pas de bourree) по I прямой позиции с demi plie.
9. Pas marche.
10. Pas gala (вперед).

### **По окончании третьего года обучения учащиеся должны**

#### **знать и уметь:**

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

### **Четвертый год обучения**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Освоение более сложных танцевальных комбинаций с широким использованием ракурсов.
2. Развитие силы и выносливости учащихся.

3. Работа над выразительностью и выявление творческой индивидуальности учащихся.

4. Активное формирование навыков ансамблевого исполнения.

### **7 класс**

#### **Упражнения у станка**

1. Demi и grand plié с поворотом коленей по YI позиции

2. Battement tendu с подъёмом пятки опорной в момент полуприседания на Р.Н.

3. Battement tendu jete с подъёмом пятки опорной

4. Каблукное упражнение с заворотом и разворотом бедра - «ковырялочка»

5. Подготовка к flic-flac по III поз. ног. Flic-flac на всей стопе, со скачком.

6. Pas tortille с ударом стопы в пол

7. Rod de jambe, rond de pied до стороны, назад по воздуху

8. Подготовка к «верёвочке» с подъёмом на полупальцы, с прыжком.

9. Battement fondu на 90°

10. Упражнение на выстукивания

11. Battement developpe с двойным ударом пятки О.Н

12. Grand battement jete с подъёмом пятки О.Н. в момент полуприседания на рабочей ноге.

#### **Занятие на середине зала.**

1. Упражнения для рук и корпуса, прыжки, вращения в характере изучаемых народных танцев.

2. Этюды на основе танцев, определенных программой, их лексика, музыкальное сопровождение, особенности костюма.

3. Творческие задания: перепляс – соревнование на лучшее сочинение, исполнение народного танца, оригинальность приглашения партнёра к танцу и т.д.

#### **Техника вращений и прыжков.**

1. Приемom pli -g leve (два на месте, третий - pli -подготовка, четвертый - вращение) - 1 полугодие - двойное вращение за 4-м разом.

2. Приемom plie-getege (аналогичная схема изучения).
3. Приемom plie-каблучки (аналогичная схема изучения).
4. Припадания мелкие, быстрые.
5. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), без пауз, но в медленном темпе - 1 полугодие.
6. То же самое вращение в нормальном темпе - 2 полугодие.
7. «Обертас» по 1 прямой позиции - 1 полугодие.
8. «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом - 2 полугодие.
9. «Обертас» с gond1 на 45° - 1 полугодие.
10. Вращения для мальчиков:
  - tours,
  - pirouettes.
11. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

### **Вращения по диагонали класса**

1. Tour-rique 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 (повтор 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. Приемом шаг-getege, 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-riqev раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
9. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку».
10. Мужские трюковые вращения.

### Изучаемые танцы:

- Русские танцы на выбор педагога.
- Танцы местной традиции (Танцы народов Поволжья) на выбор педагога.

### Венгерский народный танец.

#### Элементы танца:

1. Положение ног и рук.
2. «Ключ» удар каблуками:
  - одинарный и двойной.
3. Заключение (усложненный) ключ.
4. Шаг в сторону с двумя переступаниями.
5. Перебор – три переступания на месте с открыванием ноги на 35.
6. «Веревочка» на месте, с продвижением назад и в повороте.
7. Развертывание ноги вперед и в полуприседании, с последующими шагами, с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.
8. Поклоны.
9. Pas balance с подъемом на полупальцы.
10. Developpe вперед:
  - с последующими шагами;

– с шагом на полупальцы и подведение другой ноги в V открытую позицию сзади.

11. «Голубец» - прыжок с двойным ударом стоп по I прямой позиции.

12. Переборы (pas de bourree) по I прямой позиции на полупальцах с demi-plie.

13. «Веревочка» с проскальзыванием на полупальцах (на месте, с продвижением назад).

### Испанский сценический танец

Элементы танца:

1. Положение рук и ног в танце.

2. Переводы рук в различные положения.

3. Ходы.

– удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женщины).

– удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении, с двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя не большими шагами (с продвижением вперед).

4. Соскоки:

– в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседании.

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

6. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседании, в координации с движением руки и наклона корпуса.

7. Поочередное выстукивание полупальцами и каблуками.

8. Опускание на одно колено с шага на расстоянии стопы и с перегибанием

корпуса.

9. Движение рук с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.

Танцы Кавказа. Грузинский народный танец.

Элементы танца:

1. Положение ног и рук в танце.

2. «Хелсартави» движение кисти рук, небольшие повороты (женщины), полные повороты в запястье (мужчины).

3. Движение рук:

– плавные переводы в различные положения «Картули», «Давлури»,  
– «Самтиулуро» сгибание рук с взмахом, одной спереди перед грудью, другой сзади на уровне талии.

4. Ходы:

– «Сада сриала» шаг вперед на всю стопу с последующими двумя скользящими шагами на полупальцах.

– «Ртуала» шаг вперед с двумя последующими шагами, где первый на полупальцах, а другие на всей стопе.

– «Мухлура» шаг вперед с последующим проскальзыванием (прыжком) и одновременным сгибанием другой ноги в прямом положении у колена (мужское).

– «Гасма» скользящее движение ног.

– «Сада сриала» три поочередных скольжения вперед.

– «Сараули» три поочередные скольжение с остановкой у носка другой ноги.

– «Чакрули» удар полупальцами одной ноги по 5-й прямой сзади и двумя проскальзываниями впереди поочередно.

5. «Чаквра» ударные движения ног (мужские).

– два подскока на одной ноге, другая ставится на каблук, а затем на носок около носка другой ноги.

– «Пехшлили» полуприседание по 5-й открытой позиции

## Испанский народный танец «Арагонская хота».

Элементы танца:

1. Основные положения и позиции ног, рук и корпуса. Переводы рук.
2. Основной ход:
  - Высокий pas de basque с перескока по I свободной позиции
  - (высокий);
  - тройной бег.
3. Pas de basque по I прямой позиции с rigue.
4. Pas balance:
  - из стороны в сторону;
  - вперед и назад.
  - «Ковырялочка».
5. Шаг в сторону с подскоком (на plie), подведение другой ноги к икре сзади.
6. Pas ballonне вперед, с последующим шагом и подведением другой ноги сзади.
7. Понта та кона – подскок с ударом другой ноги со свободной III позиции спереди с последующим отскоком в сторону (sissonne ouverte в сторону и тройным (pas de bourree) переступанием).
8. Tombe-coupe (из позы в позу) в IV свободной позиции.
9. Соскоки в V позиции с jete-passe в сторону на 90°.
10. Поворот на одной ноге (en dedans с замаха другой ногой (90°) в перекрещенном положении.
11. «До-за-до» на различных движениях и связках.

**По окончании четвертого года обучения учащиеся**

**должны знать и уметь:**

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

– передавать национальный характер русского танца, танцев народов Поволжья, итальянского, испанского, мексиканского танцев;

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

– исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращение, дроби

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

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

Требования к уровню подготовки обучающихся:

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

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

– знание балетной терминологии;

– знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;

– знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

– знание средств создания образа в хореографии;

– знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

– умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;

– умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;

- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- 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.

### **3. Требования по годам обучения**

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

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

Приступая к изучению танца той или иной народности, необходимо ознакомить учащихся с этнографическими особенностями, географическим

положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.

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

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

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

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов.

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.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

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

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

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

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

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

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

### **5. Методическое обеспечение учебного процесса**

Методические рекомендации педагогическим работникам

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.
2. Экзерсис на середине класса.
3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира.

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.

## **6. Список рекомендуемой учебной литературы**

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - 2007
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. 200
3. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец.- 2004
4. Климов А. Основы русского народного танца.- 2001
5. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 2003
6. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974
7. Мусина Н.Д. Татарский танец – Ак Буре, 2015
8. Устинова Т. Русские народные танцы. М., 1950
9. Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976
10. Надеждина Н. Русские танцы М., 1950
11. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия.1980.