

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детская школа искусств №4» Советского района г. Казани**

Разработана и утверждена  
на заседании школьного  
методического объединения  
преподавателей хореографических  
дисциплин  
«27» августа 2015 г.  
зав. отделом хореографии  
Яшина К. С.



«Утверждаю»

директор МБУДО

«Детская школа искусств № 4»

М.Л.Рахматуллина

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Хореографическое искусство»**

**Предмет: «Народно-сценический танец»**

Возраст детей: 6,6-9 лет;

Срок реализации программы: 5 лет обучения;

Составитель: Яшина К.С,  
заведующая хореографическим отделом

## **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;
- Цели и задачи учебного предмета;
- Требования к уровню подготовки обучающихся;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

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

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

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

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Контрольные требования на разных этапах обучения;
- Критерии оценки.

### **IV. Информационно - методическое обеспечение учебного процесса**

- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся.
- Здоровьесберегающие технологии на уроке «Классический танец»

### **V. Список рекомендуемой учебно-методической литературы**

## **Пояснительная записка**

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

Данная рабочая программа художественной направленности по предмету «Классический танец» разработана в соответствии с ФЗ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2020 года», Образовательной программы и Программы развития школы.

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. Данная дисциплина в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности учащихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа, дает возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения различных народов, сложностью их темпов и ритмов.

«Народно-сценический танец» является основой обучения, фундаментом для освоения всего комплекса хореографических дисциплин и базируется на освоении программ по предметам «Ритмика» и «Танец» для начальных классов, где введено изучение первоначальных элементов народного танца.

Урок строится по канонам классического танца. Особое внимание уделяется постановке рук, ног, головы в упражнениях у станка и на середине зала; затем изучаются простейшие движения народного и народно-сценического танцев, а также упражнения на развитие координации. Составляются несложные танцевальные комбинации на 8-16 тактов из двух-трёх пройденных движений, далее возможны постановки небольших этюдов в характерах изучаемых народностей.

По данной программе учащиеся подразделяются на **группы:**

**Группа «А»** - одарённые дети (способные, талантливые дети, музыкально одаренные, участники конкурсов, фестивалей, концертов различного уровня)

**Группа «Б»** - успешно осваивающие учебные программы.

**Группа «С»** - группа общеразвивающего обучения (дети, осваивающие учебные программы для общего развития, расширения кругозора, развития творческих способностей)

Перемещение из одной группы в другую – гибкое.

Новизна данной программы заключается в более гибком и грамотном подборе репертуара, направленного на последовательное и постепенное музыкальное и исполнительское развитие учащихся, с учетом их возрастных особенностей, физических и эмоциональных данных при индивидуальном подходе к каждому из них.

**2. Срок реализации учебного 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.

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

Таблица №1

Срок обучения - 5 лет

| Срок обучения/количество часов          | 2 – 6 классы                         |       |          |
|---|--------------------------------------|-------|----------|
|   | Количество часов<br>(общее на 5 лет) |       |          |
| Максимальная нагрузка за пять лет       | 396                                  |       |          |
| Количество часов на аудиторную нагрузку | 396                                  |       |          |
| Недельная аудиторная нагрузка           | 2, 3 кл.                             | 4 кл. | 5, 6 кл. |
|   | 2 ч.                                 | 3 ч.  | 2 ч.     |

**4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** групповая (от 10 человек), продолжительность урока - 45 минут.

### **5. Цели 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. Научить детей не только правильно выполнять движения танца, но и передавать национальный характер композиции. Выявление индивидуальных творческих способностей каждого ребёнка через танец к сценической концертной деятельности и формирование целостного представления об окружающем мире и высоких нравственных идеалах.

#### **Задачи**

##### **Обучающие:**

- приобретение музыкально-ритмических навыков;
- формирование навыков координации, владение мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- приобретение свободы движения в танце и чувства ансамбля.

##### **Развивающие:**

- воспитание культуры поведения и чувства прекрасного;
- воспитание чувства такта, благородства, уважения друг к другу;
- воспитания трудолюбия, дисциплинированности, обязательности, аккуратности – то есть общечеловеческих качеств;
- повышение занятости детей в свободное время, адаптация их в обществе, создание комфортной атмосферы доброжелательности сотворчества.

**Воспитательные:**

- развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
- развитие образного мышления;
- развитие техники исполнительского мастерства;
- развитие активности, коммуникабельности, познавательного интереса.

**6. 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.

**7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.**

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

- балетные залы площадью, имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы.

**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 танцевальных коллективов, посещение концертов.
- 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.

## II. Содержание учебного предмета

Таблица №2

### Учебно-тематический план

| № | Танцевальные направления, разделы, темы  | из них |          | Всего |
|---|--|--------|----------|-------|
|   |  | теория | практика |       |
|   | <b>2 год обучения</b>  |        |          |       |
| 1 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Пять позиций ног.<br>2. Preparation к началу движения.<br>3. Переводы ног из позиции в позицию.   |        | 8        | 8     |
| 2 | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>1. Позиции ног: пять прямых.<br>2. Позиции и положения рук: семь позиций.<br>3. Русский поклон: простой, поясной на месте (1 полугодие).<br>4. Основные положения и движения рук:<br>а) ладони, сжатые в кулачки, на талии; и т.д.   |        | 8        | 8     |
| 3 | 5. Русские ходы и элементы русского танца:<br>а) простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах.<br>6. Подготовка к вращениям на середине зала - полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve.<br>7. Основы дробных выстукиваний: простой притоп, двойной притоп, в чередовании с приседанием и без него. |        | 8        | 8     |
| 4 | 8. «Припадание»:<br>а) по 1 прямой позиции, — вокруг себя по 1 прямой позиции.<br>9. «Ковырялочка»: простая, в пол.<br>10. Хлопки и хлопучки для мальчиков: одинарные, двойные, тройные.   |        | 8        | 8     |

|   |   |   |           |           |
|---|---|---|-----------|-----------|
| 5 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Выведение ноги на носок.<br>2. Полуприседания и полные приседания.<br>3. Маленькие броски.<br>4. Подготовка к маленькому каблучному.<br>5. Подготовка к «верёвочке».   |   | 8         | 8         |
| 6 | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>6. Основные положения и движения рук: одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щёку, положения рук в парах:<br>а) держась за одну руку,<br>б) за две.<br>7. «Гармошечка»:<br>а) начальная раскладка с паузами в каждом положении; б) «лесенка»; в) «елочка».<br>8. Подготовка к вращениям на середине зала<br>= полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retete,<br>= припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45°,<br>= подскоки по той же схеме. |   | 8         | 8         |
| 7 | 9. Полуприсядки:<br>— простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову.<br>10. Подготовка к присядкам и присядки:<br>— подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),<br>— подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,<br>— «мячик» по 1 прямой и 1 позициям.   |   | 8         | 8         |
| 8 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Большие броски.<br>2. Подготовка к полуприсядкам и присядкам (для мальчиков).<br>3. Прыжки с поджатыми ногами.   |   | 8         | 8         |
| 9 | 1. Положения рук в круге:<br>2. Русские ходы и элементы русского танца.<br>3. «Припадание»: по 5 позиции, — вокруг себя и в сторону.<br>4. Подготовка к «молоточкам»: по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, без задержки<br>5. Полуприсядки: с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук, с выносом ноги на 45°   |   | 8         | 8         |
|   | <b>Всего</b>  |   | <b>72</b> | <b>72</b> |
|   | <b>3 год обучения</b>   |   |           |           |
| 7 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Пять позиций ног.<br>2. Preparation к началу движения.<br>3. Переводы ног из позиции в позицию.  | 1 | 7         | 8         |

|    |   |  |   |   |
|----|---|--|---|---|
|    | 4. Demi plies, grand plies (полуприседания и полные)  |  |   |   |
| 8  | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>1. Русский поклон: простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди.<br>2. Основные положения и движения рук.<br>3. Положения рук в паре: а) держась за одну руку; б) за две; в) под руку; г) «воротца»  |  | 7 | 7 |
| 9  | 4. Положения рук в круге: а) держась за руки; б) «карзиночка»; в) «звездочка»<br>5. Движения рук: а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук; б) раскрытия рук в сторону; в) взмахи с платочком.<br>6. Ходы и элементы русского танца: переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу; тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг и т.д.                          |  | 7 | 7 |
| 10 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Battements tendus (выведение ноги на носок).<br>2. Battements tendus jetés (маленькие броски).<br>3. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).   |  | 7 | 7 |
| 11 | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>1. Подготовка к «веревочке»: без полупальцев, «косичка» (в медленном темпе).<br>2. Подготовка к «молоточкам»: по 1 прямой поз. с задержкой ноги сзади, без задержки.<br>3. Подготовка к «моталочке»: по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, впереди, «моталочка» в «чистом» виде.<br>4. «Припадание»: по 5 позиции, вокруг себя и в сторону. |  | 7 | 7 |
| 12 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Подготовка к маленькому каблучному.<br>2. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».<br>3. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).<br>4. Grands battements jetés (большие броски).<br>5. Relevé (подъем на полупальцы) и Port de bras.  |  | 7 | 7 |
| 13 | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>1. «Гармошечка»: начальная раскладка, исполнение в «чистом» виде.<br>2. «Ковырялочка»: в пол; простая; с броском на 45°; на 90° с активной работой корпуса и ноги.<br>3. Основы дробных выстукиваний.<br>4. Хлопки и хлопушки для мальчиков: одинарные, 2-ые, 3-ие, фикс-ие, скольз-ие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).                   |  | 7 | 7 |
| 14 | 5. Подготовки к присядкам и присядки.<br>6. Подготовка к вращениям на середине зала: полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve и т.д.   |  | 7 | 7 |



|    |   |          |           |           |
|----|---|----------|-----------|-----------|
| 15 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Подготовка к «молоточкам».<br>2. Подготовка к «моталочке».<br>3. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.<br>5. Прыжки с поджатыми ногами.  |          | 7         | 7         |
| 16 | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>1. Припадание по схеме: три на месте, четвертое в повороте на 45 <sup>0</sup> , подскоки и, «поджатые» прыжки по той же схеме.<br>2. Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса.<br>3. Полуприсядки: простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и т.д.<br>4. Этюды на основе русского, украинского танцев (по усмотрению преподавателя).  | 1        | 7         | 8         |
|    | <b>Всего</b>  | <b>2</b> | <b>70</b> | <b>72</b> |
|    | <b>4 год обучения</b>   |          |           |           |
| 17 | <u>Экзерсис у станка</u><br>1. Demi plies и grand plies (полуприседания и полные приседания).<br>2. Маленькое каблучное<br>3. «Веревочка»<br>4. Pas tortille (повороты «стоп», одинарные и двойные).<br>5. Дробные выстукивания.<br>6. Grands battements jetes (большие броски ногой).<br>7. Большое каблучное.<br>8. Developpe, releve lent (вынимание и подъем ноги).<br>9. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).   | 2        | 34        | 36        |
| 18 | <u>Упражнения лицом к станку</u><br>1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.<br>2. Подготовка к «качалочке»<br>3. Port de bras по всем направлениям, с работой рук.<br>4. Прыжковые «голубцы»<br>5. Подготовка к «сбивке», «сбивка»<br>6. Присядки, прыжок «Бедуинский»<br>7. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 450 и 900.<br>8. Опускание на колено в характере украинского танца, а также переход с колена на колено. | 2        | 34        | 36        |
| 19 | <u>Экзерсис на середине зала</u><br>1. Ход с каблучка с мазком каблуком<br>2. Ход с каблучка простой<br>3. Ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании<br>4. Шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию   | 2        | 34        | 36        |

|    |   |          |            |            |
|----|---|----------|------------|------------|
|    | 5. Припадания с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги<br>6. Бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции, такой же бег с различными ритмическими акцентами<br>7. Комбинации с использованием изученных ходов<br>8. Двойная «веревочка»<br>9. Двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук<br>10. Ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов<br>11. «Трилистник» с притопом<br>12. Дробные выстукивания<br>13. Перескоки и «подбивки»<br>14. Танцевальные этюды на материале выше указанных движений. |          |            |            |
|    | <b>Всего</b>  | <b>6</b> | <b>102</b> | <b>108</b> |
|    | <b>5 год обучения</b>   |          |            |            |
| 20 | Экзерсис у станка   |          | 16         | 16         |
| 21 | Экзерсис на середине зала   |          | 19         | 19         |
| 22 | Движения в продвижении  |          | 20         | 20         |
| 23 | Танцевальные этюды на пройденном материале  |          | 17         | 17         |
|    | <b>Всего</b>  |          | <b>72</b>  | <b>72</b>  |
|    | <b>6 год обучения</b>   |          |            |            |
| 24 | Экзерсис у станка   |          | 18         | 18         |
| 25 | Экзерсис на середине зала   |          | 18         | 18         |
| 26 | Движения в продвижении  |          | 13         | 13         |
| 27 | Танцевальные этюды на пройденном материале  |          | 23         | 23         |
|    | <b>Всего</b>  |          | <b>72</b>  | <b>72</b>  |
|    | <b>Всего часов за 5 лет</b>   | <b>8</b> | <b>388</b> | <b>396</b> |

## 2. Требования по годам обучения

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи, и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала. Настоящая программа составлена традиционно: включает основной комплекс движений – у станка и на середине зала и дает право преподавателю на творческий подход к ее осуществлению с учетом особенностей психологического и физического развития детей.

Обучение по данной программе позволяет изучать материал поэтапно, в развитии - от простого к сложному. В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

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

## Второй год обучения

### ***Экзерсис у станка***

- I. Пять позиций ног.
- II. Preparation к началу движения.
- III. Переводы ног из позиции в позицию.
- IV. Demi plies, grand plies (полуприседания и полные приседания)
- V. Battements tendus (выведение ноги на носок).
- VI. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- VII. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
- VIII. Подготовка к маленькому каблучному.
- IX. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
- X. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- XI. Grands battements jetes (большие броски).
- XII. Releve (подъем на полупальцы).
- XIII. Port de bras.
- XIV. Подготовка к «молоточкам».
- XV. Подготовка к «моталочке».
- XVI. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
- XVII. 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 вверх в 3 позицию),
    - в) взмахи с платочком,
    - г) хлопки в ладоши.
3. Русские ходы и элементы русского танца:
  - простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,
  - переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на 30-45°, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,
  - переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,
  - переменный ход с plie на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

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

***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 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.

## **Третий год обучения**

### ***Экзерсис у станка***

- I. Demi-plies u grand-plies (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение стопой по полу).
- III. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- IV. Pas tortille (развороты стоп).
- V. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).

- VI. Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).
- VII. Маленькое каблучное.
- VIII. Большое каблучное.
- IX. «Веревочка».
- X. Подготовка к battements fondus.
- XI. Developpe.
- XII. Дробные выстукивания.
- XIII. Grand battements jetes (большие броски).

### ***Экзерсис на середине зала***

#### **1. Русский поклон:**

- а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);
- б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

#### **2. Основные положения и движения русского танца:**

##### **а) переводы рук из одного основного положения в другое:**

- из подготовительного положения в первое основное,
- из первого основного положения в третье,
- из первого основного во второе,
- из третьего положения в четвертое (женское),
- из третьего положения в первое,
- из подготовительного положения в четвертое.

##### **б) движение рук с платочком:**

- взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции),
- то же самое из положения — скрещенные руки на груди,
- работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции,
- всевозможные взмахи и качания платочком,
- прищелкивания пальцами.

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

#### **3. Положения рук в парах:**

- под «крендель»,
- накрест,
- для поворота в положении «окошечко»,
- правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

#### **4. Положение рук в рисунках танца:**

- в тройках,
- в «цепочках»,
- в линиях и в колоннах,
- «воротца»,
- в диагоналях и в кругах,
- «карусель»,
- «корзиночка»,
- «прочесы».

#### **5. Ходы русского танца:**

- простой переменный ход на полупальцах,

- тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена,
- шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом),
- шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,
- шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию,
- то же самое с подъемом на полупальцах,
- ход с каблук с мазком каблуком,
- ход с каблук простой,
- ход с каблук 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 plies полупальцами с приставными шагами и припаданиями.

#### 11. «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.

#### 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<sup>0</sup>,
- 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<sup>0</sup>,
- 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. Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

**Изучаемые танцы:** Русские, Украинские, Татарские танцы.

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

### Четвертый год обучения

#### Экзерсис у станка

- I. Demi plies и grand plies (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
- III. Battemets tendus jetes (маленькие броски).
- IV. Pas tortille (повороты «стоп», одинарные и двойные).
- V. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).



VII. Маленькое каблучное.

VIII. Большое каблучное.

IX. Battemets fondus (мягкий, тающий).

X. Developpe, releve lent (вынимание и подъем ноги).

XI. «Веревочка».

XII. Дробные выстукивания.

XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

#### ***Упражнения лицом к станку***

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.

2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».

3. Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.

4. «Качалочка» простая, в раскладке.

5. «Качалочка» с акцентом.

6. «Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.

7. «Качалочка с выведением ноги на каблук.

8. Прыжковые «голубцы»:

- с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция),
- тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка,
- низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца,
- прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.

9. Подготовка к «сбивке», «сбивка».

10. Подготовка к прыжку attitude назад.

11. Подготовка к «моталочке» с отскоком.

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

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

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

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

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

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: входы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дробь. 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 дуэтом танце, переплясе, кадрили, хороводах,

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

3. Виды русских ходов и поворотов:

- простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий,
- «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад,
- широкий шаг-«мазок» на  $45^0$  и  $90^0$  с сокращенным подъемом, с plie и на plie,
- боковой приставной на plie с выведением через подмену ноги на  $45^0$  и  $90^0$  в сторону,
- хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,
- переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,
- ходы с каблукчиков:
  - а) простые, на вытянутых ногах,
  - б) акцентированные, под себя в plie,
  - 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 shaine, приемом перескок (высокий),
- тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),
- повороты с «ковырялочкой»,
- повороты с «молоточками»,
- повороты приемом «каблочки», «поджатые»,
- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «молоточек».

#### 4. «Веребочки»:

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

#### 5. «Ковырялочки»:

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

#### 6. «Моталочки»:

- простая,
- простая в повороте по четвертям круга, на  $90^0$  с использованием бросков ноги приемом jetes с вытянутым и сокращенным подъемом,

- с перекрестным отходом назад или в позу,
- с остановкой в 5 позицию на полупальцах,
- с использованием переступаний через положение *retete* при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,
- в трюковых диагональных вращениях.

#### 7. «Гармошечки»:

- простая на вытянутых ногах и на *demi plie*, 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 degaje*, 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 *retete* у колена невыворотом,
- соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,
- соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:
  - а) неоднократные удары,
  - б) с притопом и сменой левой и правой ног,
- двойная дробь с «ускорением»,
- двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,
- двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце,
- «ключ» с использованием двойной дроби.

#### 11. Присядки:

- присядка с «ковырялочкой»,
- присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади,
- подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,
- «гусиный шаг»,
- «ползунок» вперед и в сторону на пол.

#### 12. Прыжки:

- прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте,
- прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам,
- прыжок с ударами по голенищу спереди,

**Изучаемые танцы:** Русские, Белорусские, Украинские народные танцы, Молдавские танцы.

**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;
- 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.

### Пятый год обучения

#### **Экзерсис у станка**

- I. Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- III. Pas tortilla (развороты стоп).
- IV. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- V. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VI. Большое каблучное.
- VII. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- VIII. «Веревочка».
- IX. Battemets developpe.
- X. Дробные выстукивания.
- XI. 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 «Шестера».
23. «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.
24. Дробные выстукивания:
  - 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. Дроби в характере народных танцев Поволжья.
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) «шучка» с согнутыми ногами;
  - в) «крокодильчик»;
  - г) «коза»;
  - д) «бочонок».

### ***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 невыворотно, с приходом во 2 позицию (невыворотно), 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* невыворотно, 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  $45^0$  - 1 полугодие, на  $90^0$  - 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 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 «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. Приемом 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, танцы местной традиции (Танцы народов Поволжья )

***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.

## **Шестой год обучения**

### ***Экзерсис у станка***

- I. Demi plies и grand plies (полуприседания и приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- III. Pas tortille (развороты стоп).
- IV. Battemets tendus jetes (маленькие броски).
- V. Flic-flac (мазок к себе от себя).
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VII. Маленькое каблучное.
- VIII. Большое каблучное.
- IX. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- X. «Веревочка».
- XI. Battment developpe .
- XII. Дробные выстукивания.
- XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

### ***Экзерсис на середине зала***

1. «Праздничный поклон».
2. Припадания накрест (быстрое).
3. Ускоренная «гармошечка» ( без plie) вокруг себя;
4. Простая и двойная с поворотом на 360<sup>0</sup> 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).

### ***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 невыворотно, стремительно.
4. Бег на месте со скоком 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<sup>0</sup> - 1 полугодие и 90<sup>0</sup> - 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:*** региональные танцы, калмыцкий танец, испанский танец.

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

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

## **III. 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 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 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 оценки**

Образовательным учреждением разрабатываются критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. Фонды оценочных средств разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением самостоятельно.

По итогам показа на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица №3

| Оценка                       | Критерии оценивания выступления  |
|------------------------------|--|
| 5 («отлично»)                | технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения   |
| 4 («хорошо»)                 | отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)   |
| 3<br>(«удовлетворительно»)   | исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т.д. |
| 2<br>(«неудовлетворительно») | комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий  |

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании полугодий учебного года.

## **IV. Информационно-методическое обеспечение учебного процесса** Методические рекомендации педагогическим работникам

Педагог, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к подбору материала увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности материала в зависимости от состава класса и конкретных условий работы, руководствуясь вышеизложенными целями. Не следует стремиться к прохождению материала в полном объеме в ущерб правильности исполнения и задачам эстетического воспитания учащихся.

На начальном этапе, на «середине», изучаются характерные для народного танца позиции рук и ног, многочисленные положения рук в русском танце, осваивается простейшая координация, а также удобные и понятные детям элементы танцев.

Следует избегать введения специфических особенностей народно-сценического танца. Например, скошенная на ребро стопа, злоупотребление «завернутыми» положениями ног, резкие, неправильные для классики изломы корпуса, повороты головы и т.д. могут быть правильно восприняты мышцами ученика и не принесут пользы в народном танце, помешав в тоже время изучению классического.

При знакомстве с национальными особенностями, костюмом, разных народов не следует навязывать детям «взрослую» манеру исполнения, заставлять его «наигрывать» темперамент и утрировать мимическую игру. Исполнение всегда должно быть естественным, а предлагаемый материал не только соответствовать техническим возможностям учащихся, но и учитывать их возрастную психологию.

Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

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.

### **Здоровьесберегающие технологии**

Народно-сценический танец позволяет с наименьшими затратами энергии достичь определенных целей: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку, выворотность суставов. Эта дисциплина оказывает благотворное воздействие почти на все органы человеческого тела и помогает излечивать самые разные заболевания. Детям нужно давать точные инструкции для того, чтобы они сосредотачивали внимание на тех мышцах, которые сокращают или расслабляют.

Занятия оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно - сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости; приобретение жизненно- необходимых двигательных умений и навыков; улучшение телосложения; выработка привычки заниматься физическими упражнениями на всю жизнь; развитие двигательной памяти. Детская хореография способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. В хореографии сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

## **V. Список рекомендуемой учебной литературы**

1. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учебное пособие для вузов искусств и культуры. – Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учебное пособие для вузов искусств и культуры. – Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Этюды: Учебное пособие для вузов искусств и культуры. – Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2004
4. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - Орел, Труд, 1999
5. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999, 1 том; 2 том - Орел, 2004
6. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. - М., 1976
7. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981
8. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
9. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974
10. Фоменко И.М. Основы народно-сценического танца. Учебное пособие. – Орел: Орловский государственный институт искусств и культуры, 2002