

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Сертоловская детская школа искусств»**

ПРИНЯТА

на Педагогическом совете школы
Протокол № 8 от 29.08.17г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора школы
№ 32 от 29.08.2017г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности «Хореографическое искусство»
Учебный предмет исполнительской подготовки
«Народно – сценический танец»**

Составитель программы:

Бойко Т.В.

Возраст обучающихся: 6,6 -15 лет

Срок реализации программы 7 лет

Преподаватели, реализующие программу:

Бойко Т.В.

Четвергова Н.И.

г. Сертолово

2017 год

Пояснительная записка.

Направленность программы:

Учебный предмет исполнительской подготовки «Народно – сценический танец» дополнительной общеразвивающей программы «Хореографическое искусство» является одним из основных предметов общей системы танцевальных дисциплин, дающей начальное хореографическое образование.

Обучение народно – сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата (развивает те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа), дает возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяет и обогащает их исполнительские возможности, формируя качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу.

Актуальность и целесообразность данной программы обусловлена тем, что в условиях школы искусств народно – сценический танец играет большую роль в создании репертуара хореографических отделений, тесно связан со всем циклом танцевальных дисциплин и прежде всего с классическим танцем, являющимся основой этого цикла. Народно-сценический танец дает значительные возможности для приобщения учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества.

Срок реализации данной программы рассчитан на 6 лет обучения (2-7 классы). Возраст учащихся, участвующих в реализации данной программы, составляет 7,6 – 15 лет. Программа составлена **на основе типовой программы** по народно-сценическому танцу, одобренной Министерством культуры РФ, откуда взяты наиболее важные, основополагающие принципы и подходы к изучению народно-сценического танца.

Настоящая программа **адаптирована к** условиям работы нашей школы. В разделах помещены сведения о задачах каждого года обучения, принципах использования предлагаемого материала и краткие методические указания. Программа учитывает специфику возрастного контингента учащихся.

Для более эффективного обучения учащихся даются методические указания для преподавателей, а также ежегодные рабочие цели и задачи.

Цели и задачи:

Основной целью программы является развитие творческой личности.

Для этого педагогу необходимо определить основной подход к предмету в условиях хореографического отделения школы искусств, объем и распределение материала на каждом году обучения.

Руководствуясь основными принципами, изложенными в настоящей программе, педагог может увеличить или уменьшить объем и степень технических сложностей материала в зависимости от состава класса и конкретных условий работы.

Для достижения данной цели, формируются следующие задачи:

Обучающие:

- научить правильно ориентироваться в пространстве;
- научить логически мыслить и понимать суть каждого упражнения;

- дать учащимся элементарное знание методики исполнения движений;
- научить основным движениям и правильному исполнению экзерсиса у станка и комбинаций на середине зала:

- 1) Demi-plie и grand-plie
- 2) Battement tendu:
 - а) с переходом с носка на каблук;
 - б) с подъемом пятки опорной ноги;
 - в) с выносом ноги на каблук
- 3) Battement tendu jete;
- 4) Характерные rond de jambe и rond de pied par terre;
- 5) Battement fondu;
- 6) Различные виды flic-flac и double flic;
- 7) Подготовка к «веревочке» и упражнения для бедра;
- 8) Упражнения на выстукивания;
- 9) Pas tortille;
- 10) Battement ten daveloppe;
- 11) Grand battement jete;

- выучить небольшие комбинации в характерах народно-сценических танцев: венгерского, украинского, русского, белорусского, итальянского, цыганского.

Развивающие:

- развитие навыка коллективного творчества при реализации заданий;
- развитие музыкальности: способности воспринимать музыку, то есть чувствовать её настроение и характер, понимать её содержание и выражать это в пластических образах;
- развитие музыкального слуха, ритма, памяти;
- развитие двигательных качеств и умений: развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- обогащение двигательного опыта, разнообразными видами национальной хореографии разных народов;
- развитие психологических процессов: эмоционального восприятия и умения выражать эмоции в мимике и движении;
- развитие подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления;

Воспитывающие:

- воспитание у учащихся самостоятельного и индивидуального подхода к решению творческих задач;
- воспитание выносливости, силы воли;
- воспитание нравственно-коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим людям, умение вести себя в группе во время движения, формирования чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, умения мальчика пригласить девочку на танец, а затем проводить её на место.

Формы и режим занятий.

Основной форма обучения являются групповые занятия.

Программа ориентирована в основном, на разновозрастные группы детей. Наполняемость учебных групп в соответствии с утвержденным учредителем учебным планом – 10 – 15 человек. Учебным

планом предусмотрено 2 урока в неделю на протяжении 2 – 7 годов обучения (68 учебных часа в год).

Продолжительность урока – 40 минут.

Ожидаемый результат:

По окончании полного курса обучения, выпускники должны:

- демонстрировать свои достижения в народно – сценическом танце.
- уметь эмоционально выразить национальный характер того или иного танца, передавать характерные особенности исполняемого национального персонажа, идею произведения и задумку балетмейстера;
- уметь выразить в танцевальных движениях основные средства музыкальной выразительности;
- демонстрировать через движения полученные навыки и умения на творческих показах и отчетных концертах;
- использовать технику движения в управлении физическим аппаратом;
- доступно передавать аудитории свои идеи, эмоции и замыслы;
- уметь по окончании выступления, анализировать итоги показа;
- уметь работать в ансамбле (группой) и индивидуально при реализации сценического задания, грамотно использовать пространство сцены.

Формами отслеживания результативности данной программы, являются:

- контрольные уроки по окончании 2,3,4,5,6 классов в рамках промежуточной аттестации;
- открытый контрольный урок по окончании 7 класса в рамках итоговой аттестации, на котором учащимися демонстрируются полученные навыки и умения.

Все учащиеся активно принимают участие в творческой жизни школы и города, участвуют в районных, областных, международных конкурсах.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Тематический план 2 класса. Первый год обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Количество уроков	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Разучивание поклона	2	0,5	1,5
2	Изучение основных позиций ног	2	0,5	1,5
3	Изучение основных положений рук	2	0,5	1,5
4	Изучение русских поклонов	2	0,5	1,5
5	Изучение русских танцевальных движений	2	0,5	1,5
6	Простой русский шаг, подготовка к переменному ходу «Гармошка», «Елочка», Танцевальный бег»	2	0,5	1,5
7	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
8	Изучение техники вращений	2	0,5	1,5
9	Развитие координации	2	0,5	1,5
10	Повторение пройденного материала	2	0,5	1,5
11	Вращение по диагонали	2	0,5	1,5
12	Шаги с выстукиваниями	2	0,5	1,5
13	Изучение упражнений: «Ковырялочка», «Моталочка»	2	0,5	1,5
14	Изучение прыжков	2	0,5	1,5
15	Изучение упражнения «Припадание»	2	0,5	1,5
16	Изучение элементов русского танца	2	0,5	1,5
17	Изучение галопа вперед	2	0,5	1,5
18	Выстукивание	2	0,5	1,5
19	Ход с «точками»	2	0,5	1,5
20	Переменный ход на полупальцах по VI позиции	2	0,5	1,5
21	Повторение и закрепление	2	0,5	

	пройденного материала			2
22	Изучение простейших выстукиваний	2	0,5	1,5
23	Выстукивания одинарные и двойные	2	0,5	1,5
24	Выстукивания и подготовка к русской «дроби»	2	0,5	1,5
25	Повторение и закрепление пройденного, работа над ошибками	2	0,5	2
26	Изучение дробной дорожки	2	0,5	1,5
27	Изучение дроби с подскоком	2	0,5	1,5
28	Изучение упражнения: «Молоточек»	2	0,5	1,5
29	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	2
30	Изучение двойной дроби с подскоком и с подскоком с обеих ног	2	0,5	1,5
31	Изучение просто «Веревочки»	2	0,5	1,5
32	Повторение и закрепление пройденного	2	0,5	2
33	Ходы, выстукивания, вращения, подскоки	2	0,5	1,5
34	Контрольный урок	2	0,5	2
	Итого	68	17	51

Тематический план 3 класса. Второй год обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Количество уроков	Теоретические Занятия	Практические Занятия
1	Изучение поклона. Повторение пройденного материала	2	0,5	1,5
2	Повторение ранее изученного	2	0,5	1,5
3	Повторение упражнений: «Приподание», «Елочка», «Гармошка»	2	0,5	1,5
4	Повторение танцевального бега	2	0,5	1,5
5	Изучение упражнений: бег с носка, бег с поднятыми коленями	2	0,5	1,5
6	Изучение вращений и выстукиваний	2	0,5	1,5
7	Повторение. Работа над ошибками	2	0,5	1,5
8	Выстукивание с поворотом колена	2	0,5	1,5
9	Изучение упражнений мелкой и непрерывной дроби	2	0,5	1,5
10	Изучение комбинаций: «Моталочка» в развитии	2	0,5	1,5
11	Вращение. Работа над техникой и координацией	2	0,5	1,5
12	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
13	Выстукивания одинарные и двойные	2	0,5	1,5
14	Изучение шагов с носка на каблук	2	0,5	1,5
15	Изучение комбинации: «Веревочка» в развитии. Комбинация «Моталочка» в развитии	2	0,5	1,5
16	Работа над техникой исполнения	2	0,5	1,5
17	Повторение частого дробного перебора	2	0,5	1,5
18	Изучение комбинации «Веревочка» с переступом	2	0,5	1,5
19	Изучение шаркающего шага	2	0,5	1,5

20	Итоговый урок	2	0,5	1,5
21	Повторение и закрепление пройденного	2	0,5	1,5
22	Упражнения на выстукивания	2	0,5	1,5
23	Изучение тройной дроби	2	0,5	1,5
24	Вращения	2	0,5	1,5
25	Повторение и закрепление пройденного	2	0,5	1,5
26	Изучение элементов русского танца у станка	2	0,5	1,5
27	Изучить 5 позиций по аналогии с позициями классического танца: положения стопы и подъема	2	0,5	1,5
28	Изучение позиций и положений рук, движений кисти	2	0,5	1,5
29	Изучение приседания (Plié) – в русском стиле	2	0,5	1,5
30	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
31	Подготовка к началу движения (Preparation): а) движение руки, б) движение руки и координации с движением ноги	2	0,5	1,5
32	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
33	Переводы ног из позиции в позицию, изучение (battements tendus), (Demi – plié)	2	0,5	1,5
34	Контрольный урок	2,5	0,5	2
	Итого	68	17	51

Тематический план 4 класса. Третий год обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Кол-во уроков	Теоретич. занятия	Практич. занятия
1	Изучение поклона. Повторение ранее изученного материала	2	0,5	1,5
2	Пять открытых позиций ног (повторение). Подготовка к началу движения (Preparation)	2	0,5	1,5
3	Экзерсис у станка: Battements tundus, demi- plié, grand-plié, battements tendus jetés	2	0,5	1,5
4	Повторение пройденного. Работа над ошибками.	2	0,5	1,5
5	Экзерсис у станка	2	0,5	1,5
6	Подготовка к «Веребочке». Изучение battements developpes вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге на полуприседании	2	0,5	1,5
7	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
8	Экзерсис у станка. Подготовка к «Чечетке» (Flic-flac)	2	0,5	1,5
9	Растяжка из первой прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку	2	0,5	1,5
10	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
11	Экзерсис у станка	2	0,5	1,5
12	Изучение элементов русского народного танца: бытовой шаг с притопом, шаркающий шаг, переменный шаг, девичьей ход с переступаниями, боковое припадание	2	0,5	1,5
13	Повторение и закрепление пройденного материала	2	0,5	1,5
14	Экзерсис у станка	2	0,5	1,5
15	Изучение комбинаций «Моталочка», «Веребочка», «Ковырялочка»	2	0,5	1,5
16	Вращения	2	0,5	1,5
17	Повторение. Работа над ошибками	2	0,5	1,5
18	Экзерсис у станка	2	0,5	1,5
19	Дробное движение	2		1,5
20	Изучение белорусских кружений с припаданием	2		1,5

21	Вращение	2	0,5	1,5
22	Повторение и закрепление пройденного	2	0,5	1,5
23	Экзерсис у станка	2	0,5	1,5
24	Изучение элементов украинского танка: позиций и положений рук и ног, поклоны, притопы «Веревочка», «Дорожка простая»	2	0,5	1,5
25	Вращение	2	0,5	1,5
26	Повторение и работа над ошибками	2	0,5	1,5
27	Экзерсис у станка	2	0,5	
28	Изучение украинских танцевальных движений: «Выхлястик», «Ковырялочка», «Бегунец», «Голубец» на месте и с продвижением в сторону	2	0,5	1,5
29	Вращения	2	0,5	1,5
30	Повторение пройденного материала. Работа над ошибками	2	0,5	1,5
31	Экзерсис у станка	2	0,5	1,5
32	Знакомство со сценической формой итальянского танца «Тарантелла»	2	0,5	1,5
33	Повторение, работа над ошибками. Подготовка к контрольному уроку	2	0,5	1,5
34	Контрольный урок	2	0,5	1,5
	Итого	68	17	51

Тематический план 5 класса. Четвертый год обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Кол-во уроков	Теоретич. занятия	Практич. занятия
1	Разучивание поклона. Повторение изучаемого материала.	2	0,5	1,5
2	Экзерсис у станка. Изучение приседания резких и плавных по 1-й, 2-й, 5-й открытым позициям и 1-й прямой.	2	0,5	1,5
3	Маленькие броски (battements tundu, jetes, скольжение ногой по полу.	2	0,5	1,5
4	Экзерсис у станка. Круговые скольжения ногой по полу (rond de tortilla).	2	0,5	
5	Построение на середине зала композиций на материале русского, украинского и итальянского танцев.	2	0,5	1,5
6	Экзерсис у станка. Повторение пройденного материала. Работа над ошибками.	2	0,5	1,5
7	Экзерсис у станка. Повороты стопы (pas tortilla): а) одинарные, б) двойные.	2	0,5	1,5
8	Экзерсис у станка. Полуприседание на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения и открытое на 45 градусов (battements fondus): а) на всей стопе, б) с подъемом ноги на полупальцы.	2	0,5	1,5
9	Подготовка к «Веребочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.	2	0,5	1,5
10	Повторение и работа над ошибками.	2	0,5	
11	Экзерсис у станка. Развертывание ноги (battements developpes) на 90 градусов с ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие).	2	0,5	1,5
12	Подготовка к «Чечетке» (flic flac) в открытом положении вперед, в сторону и назад.	2	0,5	1,5
13	Повороты на обеих ногах по 5-й открытой позиции (Souteneen tourant).	2	0,5	1,5
14	Экзерсис у станка. Повторение и закрепление пройденного материала.	2	0,5	1,5
15	Подготовка к упражнению «Качалка».	2	0,5	1,5
16	Выстукивание поочередное каблуками и полупальцами по 1-й прямой позиции.	2	0,5	1,5
17	Экзерсис у станка. Растяжка перегибами корпуса в испанском стиле.	2	0,5	1,5

18	1. Экзерсис у станка. 2. Большие броски (grand battements) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад.	2	0,5	1,5
19	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденного.	2	0,5	1,5
20	1. Экзерсис у станка. 2. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й, 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.	2	0,5	1,5
21	Маленькие «Голубы» лицом к станку.	2	0,5	1,5
22	Поднимание на полупальцы в сочетании с движениями рук.	2	0,5	1,5
23	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение и закрепление.	2	0,5	1,5
24	Изучение движений русского танца: боковые перескоки «Дорожка», «Моталочка», подбивка «Голубец».	2	0,5	1,5
25	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение и повторение быстрого и русского бега.	2	0,5	1,5
26	Изучение движений украинского танца: «Женский ход», «Веребочка», «Веребочка двойная», «голубцы» с притопом.	2	0,5	1,5
27	1. Экзерсис у станка. 2. Закрепление пройденного материала.	2	0,5	1,5
28	Экзерсис у станка. Повторение движений украинского танца.	2	0,5	1,5
29	Изучение движений молдавского танца: подскоки, прыжки, вращение в сочетании с сложными движениями рук и ритмическими рисунками.	2	0,5	1,5
30	Изучение движений итальянского танца: маленькие броски с поочередными ударами носком и каблуком по полу, бег вперед с подскоком, повороты внутрь и наружу.	2	0,5	1,5
31	1. Экзерсис у станка. Работа над ошибками. 2. Изучение движений финской польки.	2	0,5	1,5
32	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение русских, украинских, итальянских танцевальных движений. 3. Работа над техникой исполнения.	2	0,5	1,5
33	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над ошибками. 3. Подготовка к контрольному уроку.	2	0,5	1,5
34	Контрольный урок.	2	0,5	1,5
Итого		68	17	51

Тематический план 6 класс. Пятый год обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Кол-во уроков	Теоретич. занятия	Практич. занятия
1	Разучивание поклона. Повторение пройденного материала.	2	0,5	1,5
2	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение: Demi –plié; grand-plie; battement tendu jete: а) с переходом с носка на каблук, б) с подъемом пятки опорной ноги, в) с выносом ноги на каблук.	2	0,5	1,5
3	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение характерных rond de lambe и rond de pied parterre.	2	0,5	1,5
4	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение battement fondu.	2	0,5	1,5
5	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденного. Работа над ошибками.	2	0,5	1,5
6	Подготовка к «Веревочке» и упражнения для бедра.	2	0,5	1,5
7	1. Экзерсис у станка. 2. Различные виды flic-flac.	2	0,5	1,5
8	1. Экзерсис у станка. 2. Развертывание ноги (battements developpes) на 90 градусов.	2	0,5	1,5
9	1. Повторение и закрепление пройденного. 2. Упражнения на выстукивания.	2	0,5	1,5
10	1. Экзерсис у станка. 2. Большие броски (grand battements).	2	0,5	1,5
11	Разучивание упр. «Голубец»: а) в сторону на 45 градусов в прямом положении, лицом к станку, б) в сторону на 90 градусов в прямом положении, лицом к станку.	2	0,5	1,5
12	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение. Работа над ошибками. 3. Изучение движений русского танца: переборы (pas bourgee), «Ключ» дробный, «Голубцы», «Веревочка», дробные дорожки, прыжки.	2	0,5	1,5
13	Изучение молдавских танцевальных движений: шаг в сторону с выносом другой ноги вверх на 30 градусов в перекрещенное положение, мелкие переступания, шаги ребро каблука, вращения в парах, прыжки с поджатыми ногами.	2	0,5	1,5
14	Изучение узбекских народных танцевальных движений: движения кистей рук, движения плечей, движения головы, перегибание корпуса назад.	2	0,5	1,5
15	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденного материала.	2	0,5	1,5

	Работа над техникой исполнения.			
16	Изучение элементов венгерского народного танца: положение рук и ног.	2	0,5	1,5
17	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение бега в сторону с двумя переступаниями.	2	0,5	1,5
18	Изучение «Веревочки» на месте.	2	0,5	1,5
19	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над техникой исполнения движений венгерского народного танца.	2	0,5	1,5
20	Изучение упражнения «Голубец» а) простой с подниманием ноги в сторону, б) в прыжке с двойными ударами по первой прямой позиции.	2	0,5	1,5
21	1. Экзерсис у станка. 2. Поворот на обеих ногах по пятой открытой позиции.	2	0,5	1,5
22	Изучение техники вращений.	2	0,5	1,5
23	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над ошибками повторение пройденного.	2	0,5	1,5
24	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение вращения с отбрасыванием ног назад.	2	0,5	1,5
25	Изучение испанских народных танцевальных движений: положение ног, положение рук.	2	0,5	1,5
26	1. Экзерсис у станка. 2. Переводы рук в различные положения в испанском танце.	2	0,5	1,5
27	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденного. Работа над техникой исполнения движений.	2	0,5	1,5
28	1. Экзерсис у станка. 2. Комбинации на середине зала.	2	0,5	1,5
29	Упражнения на середине зала в русском, украинском, венгерском, молдавском, испанском и узбекском танце.	2	0,5	1,5
30	1. Экзерсис у станка. 2. Вращение.	2	0,5	1,5
31	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденного материала.	2	0,5	1,5
32	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над техникой исполнения выученных упражнений и комбинаций.	2	0,5	1,5
33	1. Экзерсис у станка. 2. Упражнения на середине зала. Подготовка к контрольному уроку	2	0,5	1,5
34	Контрольный урок.	2	0,5	1,5
	Итого:	68	17	51

Тематический план 7 класс. Шестой год обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Кол-во уроков	Теоретич. занятия	Практич. занятия
1	Изучение поклона. Повторение пройденного материала: вращение, дроби, ходы.	2	0,5	1,5
2	Экзерсис у станка. Комбинации экзерсиса.	2	0,5	1,5
3	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение русских танцевальных движений ног: переменный ход с выворотными стопами, переменный ход с каблука, ход с легким ударом носком о пол.	2	0,5	1,5
4	1. Экзерсис у станка. 2. Постановка русского хоровода.	2	0,5	1,5
5	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение движений «Русской пляски», «Выстукивание», «Дроби», «Веревочка», «Маятник».	2	0,5	1,5
6	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение русских танцевальных комбинаций (простые и сложные).	2	0,5	1,5
7	Экзерсис у станка. Работа над техникой исполнения.	2	0,5	1,5
8	Экзерсис у станка. Повторение выученных движений и комбинаций.	2	0,5	1,5
9	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение: вращений, поворотов, кружений, дробный ключ в повороте, дробь с подскоком в повороте.	2	0,5	1,5

10	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение движений: украинского венгерского, молдавского и итальянского танца.	2	0,5	1,5
11	Экзерсис у станка. Работа над техникой и манерой исполнения с учетом национальных особенностей изучаемых танцевальных движений.	2	0,5	1,5
12	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденного. Работа над ошибками.	2	0,5	1,5
13	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение движений русской кадрили. 3. Работа над техникой движений в парном положении танцующих и в общих рисунках фигур кадрили.	2	0,5	1,5
14	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над характером исполнения, четкостью движений и манерой.	2	0,5	1,5
15	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение пройденных комбинаций.	2	0,5	1,5
16	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над ошибками.	2	0,5	1,5
17	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение и изучение ходов: приставной шаг на полупальцах, боковой ход на крест, отскоки назад.	2	0,5	1,5
18	1. Экзерсис у станка. 2. Вращения. 3. Повороты.	2	0,5	1,5
19	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение и закрепление пройденного материала.	2	0,5	1,5
20	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение комбинаций.	2	0,5	1,5
21	1. Экзерсис у станка.	2	0,5	1,5

	2. Изучение шагов с отбросом юбки, со скоки, переступания, удары каблуком, с высоким поднимание колен вперед.			
22	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение и повторение положений рук в плясках.	2	0,5	1,5
23	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над ошибками и техникой исполнения.	2	0,5	1,5
24	1. Экзерсис у станка. 2. Комбинации на середине зала. 3. Вращения.	2	0,5	1,5
25	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение русского «Игрового» хоровода.	2	0,5	1,5
26	1. Экзерсис у станка. 2. Изучение «Орнаментального хоровода».	2	0,5	1,5
27	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение и закрепление пройденного материала.	2	0,5	1,5
28	1. Экзерсис у станка. 2. Комбинации на середине зала.	2	0,5	1,5
29	1. Экзерсис у станка. 2. Подготовка к открытому контрольному уроку.	2	0,5	1,5
30	1. Экзерсис у станка. 2. Работа над техникой исполнения выученных движений.	2	0,5	1,5
31	1. Экзерсис у станка. 2. Повторение и закрепление пройденного материала. 3. Подготовка к открытому контрольному уроку.	2	0,5	1,5
32	1. Экзерсис у станка. 2. Комбинации на	2	0,5	1,5

	середине зала.			
33	1. Экзерсис у станка. 2. Упражнения и комбинации на середине зала. Вращения. 3. Подготовка к открытому контрольному уроку.	2	0,5	1,5
34	Открытый контрольный урок	2	0,5	1,5
	Итого:	68	17	51

Методические указания для первого и второго года обучения.

Возраст учащихся 7,6 – 11 лет.

Своеобразие условий работы хореографических отделений, заставляет изменить традиционно сложившийся в профессиональном хореографическом образовании подход к порядку прохождению материала, и в какой – то степени, к методике преподавания при неперменном сохранении основных принципов, лежащих в основе ведения этой танцевальной дисциплины.

Ограниченность физических данных большинства учащихся заставляет проявлять большую осторожность при выборе репертуара, построенного на основе классического танца и опираться на народный.

Все сказанное и определяет особенность настоящей программы, в которой на первом году обучения (Второй класс) народно – сценическому танцу не предусмотрено танцевальных элементов у станка. Занятия начинаются на середине зала с освоения элементов народного танца в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны учащимся, имеющим подготовку по классике лишь в объеме одного года, и могут изучаться без применения станка, принятого в обучении народно-сценическому танцу. На начальном этапе, на «середине» изучаются характерные для народно-сценического танца позиции рук и ног, осваивается простейшая координация, а так же удобные и понятные детям элементы танца. Следует избегать слишком раннего и быстрого введения специфических особенностей народно - сценического танца, которые трудно, а зачастую и невозможно согласовать с начальной стадией обучения классическому танцу. Например, скошенная на ребро стопа, резкое приседание, злоупотребление «завернутыми» положениями ног, резкие, непривычные для классики изломы корпуса и т.д. не могут правильно восприняты мышцами ученика и не принесут ему пользы в народном танце, помешав в то же время изучению классического, ибо только получив определенные навыки в классическом тренаже, можно углубленно и без вреда для мышечной системы осваивать специфику народно- сценического танца.

Из сказанного выше, однако, не следует, что народно-сценический танец не имеет на начальной стадии обучения своих собственных задач и служит лишь неким «танцевальным дополнением» к однообразным, на первых порах, уроками классического танца. Практика ведения данного предмета на хореографических отделениях в ряде экспериментальных школ искусств показала, что работа без станка на первом году обучения дает возможность заложить фундамент

для целого ряда важнейших исполнительских качеств и выявить мало используемые привычном подходе резервы. Отсутствие технической сложности, больших специфических нагрузок дает педагогу возможность в этих условиях уделить основное внимание культуре исполнения. Умение ориентироваться в пространстве, двигаться по площадке в различных рисунках и ракурсах, навыки координации, культура общения с партнером, начальные навыки ансамблевого исполнения, эмоциональная отзывчивость, умение передать в движении стилевые особенности народной музыки, разнообразие её темпов и ритмов, что является основой формирования чистоты стиля и хорошей манеры исполнения – вот те сложные и многообразные задачи, которые позволяют решить начальный этап обучения.

В процессе работы, педагог должен строго соблюдать принцип «от простого к сложному». На базе тех навыков и умений, которые формируются на первом году обучения, на втором учащиеся начинают осваивать основные элементы у станка, после чего приступают к их совершенствованию с применением не сложных комбинаций. Дальнейшее увеличение мышечной нагрузки в течение всего периода обучения, производится постепенно и планомерно, усложнение лексики, композиций заданий и танцевальных этюдов, введение новых технических приемов должны быть так же подготовлены всем предыдущим ходом обучения.

Особое внимание следует уделять такому не маловажному фактору, как дыхание учащихся. Правильно поставленное дыхание имеет иногда решающее значение, для освоения танцевальной техники, особенно если учитывать частую смену темпов и ритмов урока народно – сценического танца, длительные, требующие большого внимания, развернутые танцевальные композиции, необходимость преодолевать сценическое пространство.

При изучении каждого из разделов настоящей программы, необходимо знакомить учащихся с национальными особенностями входящих в него народных танцев, рассказывать о народных обрядах, традициях, жизни и истории народа. Все это поможет более глубокому пониманию национального характера, усилит выразительность исполнения. При этом не следует преждевременно навязывать детям «Взрослую» манеру исполнения, заставлять их «наигрывать» темперамент и устраивать мимическую игру. Исполнение всегда должно быть естественным, а предлагаемый материал – не только соответствовать техническим возможностям учащихся, но и учитывать их возрастную психологию.

В конце каждого года обучения необходимо подготовить развернутую композицию или небольшой законченный танец, где, наряду с усвоением элементов, можно было бы проследить за воспитанием чувства ансамбля у детей и созданием сценического образа. В процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям, с учетом их физических данных и способностью восприятию предлагаемого материала. Имеет большое значение и отдельное обучение по группам девочек и мальчиков.

Программа дает возможность выбрать наиболее легко усваиваемый танцевальный текст, его варьирование. При подборе музыкального сопровождения каждого элемента у станка или на «середине» необходимо учитывать возрастные особенности восприятия музыки учащимися, что значительно облегчит освоение технически сложных элементов и поможет развитию танцевальности и выразительности.

В процессе обучения танцевальным дисциплинам важную роль играют творческие связи педагогов. Нельзя допускать, чтобы один предмет значительно опережал в прохождении материала

другой. Преподаватель народно – сценического танца должен строить процесс обучения, учитывая степень подготовки класса по другим дисциплинам.

Одной из важнейших задач этой программы является не только научить ребенка понимать язык народно – сценического танца, но и пользоваться им для самовыражения. Приблизить максимально внимание детей к народному творчеству, опираясь в народном творчестве на предшествующий нравственно – эстетический опыт многих поколений.

Рабочие задачи первого и второго года обучения.

В задачу первого и второго года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы, корпуса, во время исполнения простейших элементов, освоение элементов на «Средине», развитие элементарных навыков координации движений.

Для первого и второго года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского и белорусского народных танцев, а также одного из танцев прибалтийский республик. Кроме этого рекомендуется использовать вспомогательный материал, подготавливающий к исполнению различных танцевальных элементов. Особенностью предлагаемого на первом году обучения материала, является его внешняя схожесть. Это делается специально для того, что бы дать учащимся определенную базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение, на конкретных примерах показать стилистические особенности моментов русских народных танцев. На первом году обучения используется только первая (6 позиция) ног и первая и третья свободные позиции. Позиции и положения рук используются все (соответствуют программе по народно – сценическому танцу для хореографических училищ).

Позиции ног:

1. Пять прямых:

- обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;
- обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;
- обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;
- обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;
- обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом запятая, каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

2. Пять свободных:

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

3. Две закрытые:

1-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и оставлены носками вместе, каблуки разведены в стороны.

2-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг о друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях в коленях вытянуты.

Позиции и положения рук:

1. Семь позиций:

- 1 – я, 2 – я, 3 позиции аналогичны первой, второй и третьей позициям рук классического танца.
- 4 – я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии, большой палец сзади, четыре других, собраны вместе, спереди.
Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.
- 5 – я – обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собраны вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.
- 6 – я – обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.
- 7 – я – обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии.
Запястье одной лежит на запястье другой руки.

2. Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты к корпусу.

1 – е положение – обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и второй позиции: кисти находятся на уровне талии, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2 – е положение – обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны, а высоте между третьей и второй позиции, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Русский народный танец.

Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм (хороводы, кадрили, переплясы, пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко и по этому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Основные положения ног:

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

Основные положения рук:

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

Элементы танца:

1. Раскрывание и закрывание рук:
 - а) Одной руки.

- б) Двух рук
 - в) Поочередное раскрытие рук
 - г) Переводы рук в различное положение.
2. Поклоны:
 - а) На месте без рук и с руками
 - б) Поклон с продвижением вперед и отходом назад.
 3. Притопы:
 - а) Одинарные (женские и мужские),
 - б) Тройные.
 4. Перетопы тройные.
 5. Перетопы тройные.
 - Простой (бытовой) шаг:
 - а) Вперед с каблука
 - б) С носка
 6. Простой русский шаг:
 - а) Назад через полупальцы на всю стопу,
 - б) С притопом и продвижение вперед,
 - в) С притопом и продвижением назад.
 7. Боковой шаг на всей стопе на полупальцах и по прямой позиции.
 8. «Гармошка»
 9. «Елочка»
 10. Припадание в сторону по третьей свободной позиции:
 - а) Вперед и назад по первой прямой позиции.
 11. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (Подготовка к дробям)
 12. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.
 13. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.
 14. «Веревочка» простоя.
 15. «Ковыралоочка» с двойным притопом:
 - а) с тройным притопом.
 16. «Ключ» простой (С переступанием)
 17. Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары):
 - а) В ладошки,
 - б) По бедру
 - в) По голенищу сапога.

Присядки (для мальчиков):

1. Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по первой прямой и свободной позициям.
2. Покачивание на приседании по первой прямой и свободной позициям.
3. Подскоки на двух ногах по первой прямой и свободной позициям.
4. Присядки на двух ногах по первой прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

Движение польки:

Простые подскоки польки:

- 1) На месте,
- 2) Вокруг себя,

- 3) С продвижение вперед, назад и в сторону.
- 4) Простые подскоки с хлопками и поклонами.
- 5) Простые подскоки в повороте парами под руки.
- 6) Галоп в сторону.

Методические указания для третьего года обучения.

Возраст учащихся 9,6 -12 лет. Сейчас, достигнув данного уровня в изучении народно – сценического танца, главной задачей является дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении упражнений и требующих от детей определенной силовой нагрузки. С этого года активнее работают руки, добавляются перегибы корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение несложных комбинаций и композиций на материале русского, украинского и итальянского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну.

Рабочие задачи третьего года обучения.

Третий год обучения включает в себя изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы русского, белорусского и вводятся элементы украинского и итальянского танцев.

Упражнения у станка:

Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца. **Подготовка к началу движения (Preparation):**

- а) движение руки,
- б) движение руки и координации с движением ноги.

Переводы ног из позиции в позицию:

- а) скольжением стопой по полу (battements tendus),
- б) броском работающей ноги на 35 градусов,
- в) поворотом стоп.

Приседания по 1 - й, 2 –й и 3 –й открытым позициям (Музыкальный размер 3/4, 4/4):

- а) Полуприседания (Demi-plie)
- б) Полное приседание (grand – plié).

Приседания по прямым и открытым позициям, с переводом ног указанными приемами (музыкальный размер 3/4, 4/4).

Упражнения с напряженной стопой (battements tendus) и с первой прямой позиции на каблук (музыкальный размер 3/4, 4/4):

- а) С полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге,
- б) С полуприседанием в исходной позиции.

Выведение ноги на каблук по 1 –й и 3 – й открытым позициям вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4\4):

- а) С полуприседанием на опорной ноге,
- б) С полуприседанием в исходной позиции.

Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1- й, 3 –й и 5-й открытых позиций вперед, в сторону и назад (музыкальный размер 4/4):

- а) С полуприседанием в исходной позиции,

- б) В момент перевода работающей ноги на каблук,
- в) При переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию.

Маленькие броски (Battements tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3 –й и 5 –й позициям (Музыкальный размер 2/4, 6/8):

- а) С одним ударом стопой в пол, по позиции через небольшое приседание.
- б) С коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги.
- в) С полуприседанием на опорной ноге.
- г) С двойными бросками.

Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной (Музыкальный размер 2/4, 4/4):

- а) В открытом положении на всей стопе,
- б) В открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.

Развертывание работающей ноги на 45 градусов (Battements developpes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (Музыкальный размер 4/4).

Подготовка к «чечётке» (flic –flac), мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе (Музыкальный размер 2/4, 4/4):

- а) В прямом положении вперед одной ногой,
- б) Двумя ногами поочередно.

Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги (музыкальный размер 4/4):

- а) Из первой прямой позиции,
- б) С шага, лицом к станку.

Растяжка из первой прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку. (Музыкальный размер 3/4, 4/4

Русский народный танец.

Элементы танца (Музыкальный размер 2\4, 4/4):

Поочередное раскрывание рук (Приглашение).

Движение рук с платком из подготовительного положения в первое положение и в четвертую и пятую позицию.

Бытовой шаг с притопом «Шаркающий шаг»:

- а) Каблуком по полу,
- б) Полупальцами по полу.

«Переменный шаг»:

- а) С притопом и продвижением вперед и назад.
- б) С фиксацией одной ноги вперед и назад.

«Девичьей ход» с переступаниями:

Боковое «Припадание»:

- а) С двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги,
- б) С двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.

Перескоки с ноги на ногу по третьей свободной позиции и продвижением в сторону.

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

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

«**Веревочка**»:

- а) С двойным ударом полупальцами,
- б) Простая с поочередными переступаниями,
- в) Двойная с поочередными переступаниями.

«**Ковырялочка**» с подскоками.

«**Ключ**» простой на подскоках.

Дробные движения:

- а) Простая дробь на месте,
- б) Тройная дробь (Поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед,
- в) Простая дробь полупальцами на месте,
- г) Дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

Присядка (для мальчиков):

- а) присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по первой и открытым позициям,
- б) присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону,
- в) присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух.

Хлопки и хлопущки (для мальчиков):

- а) Удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперед назад и в сторону,
- б) Фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу,
- в) Поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади,
- г) По голенищу сапога спереди крест - на крест.

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

Белорусский народный танец «Крыжачок»

Элементы танца:

- 1. Основной ход танца «Крыжачок» с поворотом.
- 2. «Веревочка» с переступаниями.
- 3. Присядка с выведением ноги на носок перед собой на полуприседании.
- 4. Кружение с припаданием.

Украинский народный танец.

Украинское народное творчество отражает многовековую историю народа.

Героизм в борьбе за независимость, любовь к своей Родине, радость труда, юмор – все это находит отражение в украинских народных танцах.

Исполнение женский и мужских танцев различно. Женские лиричны, наполнены поэзией, мужские отличаются динамикой исполнения, широтой движений, большими прыжками и вращениями.

Элементы танца (Музыкальный размер 2/4, 4/4):

- 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»:
 - а) простая,
 - б) с переступаниями,
 - в) в повороте.
8. «Дорожка простая» (Приподания) с продвижением в сторону и поворотом.
9. «Дорожка плетена» (Приподания) с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.
10. «Выхлястик» (Ковырялочка)
 - а) «Выхлястик» с угинанием («ковырялочка» с открыванием ноги)
11. «Бегунец»
12. «Голубец» на месте и с продвижением в сторону.

Итальянский сценический танец Тарантелла

Сценическая форма итальянского танца «Тарантелла», довольно близка к народной. Исполнение этого танца требует хорошей техники, яркой выразительности корпуса и четкая координация движений. Однако в начальной стадии изучения элементов танца не следует увлекаться разучиванием их в замедленном темпе, так как характер танца быстрый и жизнерадостный.

Элементы танца (Музыкальный размер 6/8):

1. Положение ног, характерное для танца.
2. Положение рук в танце.
3. Движение рук с тамбурином:
 - а) удары пальцами и тыльной стороной ладони,
 - б) мелкие непрерывные движения кистью «Трель».
4. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).
5. Шаг с ударом носком по полу (Piques) с полуповоротом корпуса с продвижением назад:
 - а) с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте с продвижением назад.
6. Бег тарантеллы (Pas emboites) на месте с продвижением вперед.
7. Шаг с подскоком и одновременным броском изгибанием ноги в колене (Pas dallonne)
8. Перескоки с ноги на ногу.
9. Подскоки в полуприседании на полупальцах по третьей свободной позиции на месте и в повороте.
10. Соскок двумя ногами во вторую свободную позицию с подниманием ноги, согнутую в колене, перед собой на крест другой.

Методические указания для четвертого года обучения.

Возраст учащихся 10,6 -13 лет. Одной из важных задач в изучении народно – сценического танца, является – приблизить народно – сценический танец к классическому, так как народный танец в современном сценическом виде во многом тесно связан с классическим. Часть упражнений народного танца родились в результате заимствований и переделок классического танца.

Это совершенно естественный процесс, так как классический танец, в свою очередь, строился, пользуясь элементами народного танца.

Медленные движения народного танца, как правило, ближе к классике, быстрые – дальше от неё.

Народный танец изобилует различными движениями, которых в классическом танце мы не встречаем. Но, наряду с этим, он заимствует некоторые движения из классики.

Основной задачей четвертого года обучения, является выявление основного стилистического признака народного танца – сближение его с конкретной действительностью, с плясовым народным творчеством, а технологический признак – в большой свободе рук, корпуса и ног, в выборе положений, поворотов и т. п.

Рабочие задачи четвертого года обучения. Пятый класс.

Четвертый год обучения предлагает дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении силовой нагрузки. С этого года активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускаются построения несложных комбинаций и композиций на материале русского, украинского и итальянского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной ноги на другую и с двух ног на одну. Начинается изучение элементов молдавского танца.

Упражнения у станка:

1. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5 –й открытым позициям и первой прямой.
2. Скольжение стопой по полу (*Battements tendus*) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски (*Battements tendues jetes*):
 - А) С двумя ударами стопой работающей ноги по пятой открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - Б) С одновременным ударом каблуком опорной ноги и полуприседании в сторону и назад.
 - В) Сквозные по первой открытой позиции (*Balanouirs*) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.
4. Круговые скольжения по полу (*Rond de tortilla*):
 - А) Одинарные
 - Б) Двойные.
5. Повороты стопы (*pas tortilla*):
 - А) Одинарные,
 - Б) Двойные.
6. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45 градусов (*Battemenys fondus*):
 - А) На всей стопе,
 - Б) с подъемом ноги на полупальцы.
7. Подготовка к «Веребочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.
8. Развертывание ноги (*Battements developpe*) на 90 градусов с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (Плавные и резкие).
9. Подготовка к «Чечетке» (*Flic-flac*) в открытом положении вперед, в сторону и назад.

10. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:
- А) на ногу открытую и носок в сторону или назад,
 - Б) с шага,
 - В) с прыжка.
11. «Веер» - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.
12. Повороты:
- А) Плавный на обеих ногах, по 5 –й открытой позиции в полуприседании и на вытянутых ногах (Soutenu en tournant)
 - Б) поворот на одной ноге внутрь и наружу (Pirouette en deda en dehors) с другой, согнутой в колене.
13. Подготовка к «Качалке» и «Качалка».
14. Выстукивание поочередное каблуками и полупальцами по 1-й позиции прямой в испанском характере (Zapateado).
15. Растяжка из первой прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.
16. Большие броски (Grand battements) с падением на работающую ногу по 5 -й открытой позиции вперед, в сторону и назад:
- А) С одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
 - Б) С двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.
17. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й, 4 –й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.
18. Маленькие «Голубцы» лицом к станку.
19. Присядки:
- А) На полном приседании по 1-й прямой позиции с поочередным открыванием ног на каблук вперед и по первой свободной позиции, открывая ноги в стороны.
 - Б) «Мяч» лицом к станку.
20. Поднимание на полупальцы в сочетании с движениями рук.

Русский народный танец (музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.
2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
3. «Ключ» с двойной дробью.
4. Дробная «Дорожка» с продвижением вперед и поворотом.
5. Двойная дробь на месте, с поворотом и продвижением вперед.
6. Дробь на «Три ножки».
7. Основной ход танца «Шестера» на месте, с продвижением вперед.
8. «Моталочка»:
 - А) С задеванием пола каблуком,
 - Б) с акцентом на всю стопу,
 - В) С задеванием пола полупальцами,
 - Г) С задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.
9. «Маятник» в прямом положении.
10. Основной русский ход (Академический).
11. Подбивка «Голубец»:
 - А) На месте,
 - Б) с двумя переступаниями.
12. быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.
 - Украинский народный танец. (Музыкальный размер 2/4).

1. Медленный женский ход.
2. Ход назад с остановкой на третьем шаге.
3. «Веревочка» двойная.
4. «Вьюнок» (перескок с ноги на ногу).
5. «Выхлястик» с «угинанием».
6. «Вхид» - вильный (поочередные удлиненные прыжки вперед).
7. «Голубцы» с притопами.
8. Подбивание одной ноги другой.
9. «Разножка» в сторону на ребро каблука (для мальчиков).
10. «Ястреб» - прыжок с поджатыми ногами по первой открытой позиции (для мальчиков).

Молдавский народный танец.

Молдавские народные танцы известны своим жизнерадостным характером и темпераментом. Медленная «Хора», широкая «Молдавеняска», огневая «Сырба» отражают труд, быт и характер людей. Элементы молдавского танца – подскоки, различные ходы, прыжки, вращения в сочетании со сложными движениями рук и ритмическими рисунками – помогают учащимся выработать танцевальность, техническое мастерство, выносливость. В основном молдавские танцы массовые, приучают к ансамблевой дисциплине.

Элементы танца (музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Положение ног.
2. Положение рук в сольном и массовом танце.
3. Подскок (на месте, с поворотом, с продвижением).
4. Ноги отбрасываются назад и на месте с поворотом, с продвижением вперед.
5. Основной ход на одну ногу, другая поднимается под колено.
6. Припадание (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.
7. Основной ход с каблука.
8. Ходы ног крест-накрест на одной ноге.

Методические указания для пятого и шестого годов обучения.

Возраст учащихся 11,6 - 15 лет. Один из принципов классической школы – предельно вытянутые ноги – соблюдается в народно – сценическом танце не так строго. Многие народные движения основаны на не вытянутых ногах, с легка при согнутыми коленями, иначе потеряется острота и характерность рисунка танца.

Задачей пятого и шестого года обучения является полное понимание учащимися другой основы классического танца – выворотности ног, но в движениях народно – сценического танца построенных на основе классического танца, выворотность соблюдается. Но тем не менее можно сказать, что народному танцу больше соответствует невыворотность. Преподавателю обязательно нужно знать и помнить, что учащийся, который не может двигаться выворотной, не в состоянии правильно исполнить многие народные движения. Таким образом, что бы танцевать на сцене невыворотной, нужно овладеть учебной выворотностью. Сфера применения Plie в народном танце, очень широка, многие народные танцы исполняются на присогнутых ногах. В народном танце очень часто применяется задержка на полуприседании и даже на полном Plie. Народному танцу соответствует более отрывистое и «жесткое» исполнение plié и releve.

Голова исполнителя в народном танце приобретает сравнительно с классическим танцем большую свободу. Важно научить учащихся опускать голову глубоко вниз, смещать из стороны в сторону.

Делаются более резкие повороты, с запрокидыванием назад, почти все эти элементы нетерпимы в классике, в народном танце имеет широкое распространение.

Важно понять, что технические функции танца не ограничиваются только движением ног. Образ требует участия в танце всего тела. Народный танец строится на разнообразии движений корпуса, головы, рук.

Любопытно заметить, что застывшие классические Па, в процессе обработки их народным танцем, возвращаются черты первоисточников. Это лишний раз доказывает, что народный танец возвращается. И то, что было взято из него, классическим танцем, возвращается в народный танец.

Рабочие задачи пятого и шестого года обучения.

Продолжается изучение новых элементов у станка и середины зала. Увеличение элементов парного танца, развивающих навыки общения с партнером. Продолжается изучение русского, молдавского танцев. Начинается изучение узбекского народного и венгерского, испанского сценического танцев. К концу учебного года составляются более сложные комбинации и небольшие композиции.

Упражнения у станка.

1. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.
2. Скольжение стопой по полу (*Battement tendus*): а) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону, б) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.
3. Маленькие броски (*Battement tendu jetes*) сквозные по первой открытой позиции (*balancoirs*) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании.
4. Круговое скольжение по полу (*Rond de jambe*): а) ребром каблука около опорной ноги, б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
5. Полуприседания на опорной ноге на 90 градусов (*battement fondus*): а) на всей стопе, б) с подниманием на полупальцы, в) с наклоном корпуса в координации с движением руки.
6. Подготовка к «веревочке»: а) в открытом положении, б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
7. Развертывание ноги (*battements developpes*) на 90 градусов с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед в сторону и назад: а) плавное, б) резкое в координации с движением руки.
8. «Чечетка» (*flic – flac*) с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя: а) в прямом положении, б) в открытом положении вперед, в сторону и назад.
9. Растяжка из первой прямой позиции (лицом к станку): а) в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса в координации с рукой, б) в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.

10. Большие броски (grand battements) полукругом на всей стопе: а) с провидением ноги через первую открытую позицию (balacoirs).
11. «Голубец»: а) в сторону на 45 градусов в прямом положении лицом к станку, б) в сторону на 90 градусов в прямом положении лицом к станку.

Русский народный танец (Музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
2. Переборы (pas bourree).
3. «Ключ» дробный сложный.
4. «Ключ» хлопущечный.
5. «Маятник» в поперечном движении.
6. «Голубцы» поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
7. «Веревочка»: а) простая и двойная с перетопами, б) простая и двойная с «ковырялочкой», в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая на щиколотке спереди или сзади, г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по пятой открытой позиции, д) простая и двойная с поворотом (soutenu) на 360 градусов в приседании на полупальцах.
8. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
9. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
10. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или всю стопу.
11. Присядки: а) растяжки в стороны на носки и на каблуки, б) растяжки вперед на каблук одной ноги и на носок другой, в) растяжка через вторую закрытую позицию на полуприседании на каблуки в стороны.
12. Прыжки: а) с согнутыми ногами (одна спереди, другая сзади), б) одна нога прямая, другая согнута в колени спереди или сзади, в) «гигантские шаги» на месте и по диагонали.

Молдавский народный танец. (Музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх на 30 градусов в перекрещенное положение.
2. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону.
3. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.
4. Вращение в паре, внутрь и наружу на подскоках.
5. Прыжок с поджатыми ногами.
6. «Ключ» молдавский (носок – каблук, носок – каблук разными ногами, соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами).
7. Тройные переборы ногами.
8. Подъем девушки за талию на месте с переносом.

Материально – техническое обеспечение программы

- Просторный хореографический класс, оборудованный станками;
- Класс, оборудованный для занятий историей балета: ученические столы (8шт), стулья (15шт), стол и стул для преподавателя;
- Телевизор;
- Фортепиано;
- Музыкальный центр, магнитофон;
- Аудио и видеозаписи, диски;

- Ноутбук;
- Маты бштук;
- Скакалки 15 штук;
- Утяжелители для ног и рук по 15 пар

Методическая литература

1. Громов Ю. И. Основы подготовки специалистов-хореографов (Хореографическая педагогика). – СПб; 2006.
2. В. А. Звездочкин. Классический танец. - Ростов - на – Дону: «Феникс» 2005.
3. Т. Устинова. Русские танцы. – Издательство ЦК ВЛКСМ: «Молодая Гвардия» 1955 год.
4. Т. В. Зуева. Русский фольклор (Словарь-справочник). – М.: «Просвещение» 2002.
5. Л. Степанова. Народные танцы. – М.; издательство «Советская Россия» 1968.
6. Л. Степанова. Танцы народов СССР – М.: Издательство «Советская Россия» 1971.
7. Г. Я. Власенко. Танцы народов Поволжья. Издательство «Самарский университет» 1992.
8. З. П. Резникова. Встаньте, дети, встаньте в круг... - М.: «Советская Россия» 1976.
9. Танцы народов СССР, выпуск пятый – М.: Издательство «Искусство» 1970.
10. В. Уральская, Ю. Соколовский. Народная хореография. – М.: Издательство «Искусство» 1972.
11. Р. Захаров. Работа балетмейстера с исполнителями. – М.: Издательство «Искусство» 1967.