

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ « ТЕРНЕЙСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В
ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

**Предметная область
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ
ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

ПРОГРАММА

по учебному предмету

**ПО.01.УП. 05., ПО.01.УП.04
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

Принято на педагогическом совете
№2 от 28.08. 2025г

Утверждаю
Директор МКУ ДО «Тернейская
ДШИ» Н.Н. Сулимова
04.09.2025г



Разработчик: Н.В. Монетчикова, преподаватель МКУ ДО «Тернейская ДШИ»

Рецензент: О. В. Коноплева , преподаватель МКУ ДО «Тернейская ДШИ»

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;

II. Содержание учебного предмета

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

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки;

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам;

VI. Список рекомендуемой учебной литературы

- Основная литература;
- Дополнительная литература

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

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

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности,

формируя особые исполнительские качества и навыки.

Содержание данной программы представлено двумя вариантами, разработанными группами разработчиков: первый вариант – группой преподавателей детских школ искусств города Москвы, второй вариант – группой преподавателей Орловской детской хореографической школы.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» при 8-летней образовательной программе составляет 5 лет (с 4 по 8 класс).

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» при 5-летней образовательной программе составляет 4 года (со 2 по 5 класс).

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

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

Таблица 1

Срок обучения – 8 лет

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы	
	4-8	9
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	330	66
аудиторные занятия (в часах)	330	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	396	

Таблица 2

Срок обучения – 5 лет

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы	
	2-5	6
Максимальная нагрузка, в том числе:	264	66
аудиторные занятия	264	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	330	

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

мелкогрупповые занятия, численность группы от 4 до 10 человек,

рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут.

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

5. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретённого ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев, танцевальных композиций народов мира в соответствии с ФГТ, а также выявление наиболее одарённых детей в области хореографического исполнительства и подготовка их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

Задачи:

- обучение основам народного танца,
- развитие танцевальной координации;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощённости в танцевальной практике;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- воспитание дисциплинированности;
- формирование волевых качеств.

6. Обоснование структуры программы учебного предмета

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

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение

учебного предмета;

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

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

7. Методы обучения

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

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

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

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано, баяна) в балетном классе;
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Таблица 3

Срок освоения предпрофессиональной программы
«Хореографическое творчество – 5 (6) лет

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

Таблица 4

**Срок освоения предпрофессиональной программы
«Хореографическое творчество – 8 (9) лет**

	Распределение по годам обучения					
	1	2	3	4	5	6
Классы	4	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	330					66
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	2	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	330					66
Объём времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	6	8
Общий объём времени на консультации	30					8

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

2. Требования по годам обучения

ВАРИАНТ ПЕРВЫЙ

Срок обучения 8 (9) лет

Распределение материала по годам обучения

I год обучения – 4 класс (второй год обучения классическому танцу)

II год обучения – 5 класс (третий год обучения классическому танцу)

III год обучения – 6 класс (четвёртый год обучения классическому танцу)

IV год обучения – 7 класс (пятый год обучения классическому танцу)

V год обучения – 8 класс (шестой год обучения классическому танцу)

VI год обучения – 9 класс (седьмой год обучения классическому танцу)

Помимо основного материала по народному танцу предлагается дополнительный материал – характерный (сценический) танец (8 класс и дополнительный год), а также «Региональный танец» (для хореографических школ ДШИ республик и автономных округов в составе России).

Русский народный танец изучается на протяжении всех лет обучения. В 8 классе и в 9 классе изучается русский танец с областными особенностями.

Приступая к изучению танца той или иной народности, необходимо ознакомить учащихся с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.

Первый год обучения (4 класс)

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Белорусский народный танец.
- Украинский (Западная Украина) народный танец.

- Танец народов Прибалтики.

Второй год обучения (5 класс)

- Региональный танец (для республик и автономных округов и республик в составе России)
- Русский народный танец.
- Белорусский народный танец.
- Украинский (Центральная Украина) народный танец.
- Итальянский народно-сценический танец «Тарантелла».

Третий год обучения (6 класс)

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Украинский (Центральная Украина) народный танец.
- Итальянский танец «Тарантелла».
- Венгерский народный танец.

Четвёртый год обучения (7 класс)

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Молдавский народный танец.
- Венгерский народный танец.
- Польский народный танец.

Пятый год обучения (8 класс)

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Молдавский народный танец.
- Польский народный танец.
- Испанский народный танец «Арагонская хота».
- Курс сценического танца.
- Польский сценический танец «Мазурка».
- Венгерский сценический танец.

Шестой год обучения (9 класс)

- Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
- Русский народный танец.
- Польский сценический танец «Мазурка».
- Венгерский сценический танец.
- Испанский сценический танец.
- Цыганский сценический танец.

Первый год обучения

4 класс

Основные задачи и навыки:

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

2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.

3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений:

- постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине);
понятие «противоход»;
- позиции ног:
 - 5 свободных;
 - 5 прямых;
 - 2 закрытых;
- позиции и положения рук:
 - подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса);
 - 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце);
 - 4-я позиция (руки на талии).

Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

Движение у станка

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения

материала – за одну руку.

1. Plie по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции.
2. Battement tendu из V позиции «носок-каблук».
3. Battement tendu jete с pour le pied.
4. Подготовка к «верёвочке» – скольжение работающей ноги по опорной.
5. Подготовка к «каблучному»:
– маленькое «каблучное».
6. Flic- flac из V позиции во всех направлениях.
7. Перегибы корпуса в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе.
8. Releve lent на 90^0 с сокращением стопы.
9. Grand battement jete, в соответствии с изучением на уроке классического танца.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

Освоение Русского народного танца происходит в течение всего периода обучения. Русский народный танец должен быть представлен достаточно широко, так как его развитие тесно связано с историей нашего народа, с его бытом и обычаями.

1. Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позиции); два положения кисти на талии:
– ладонь;
– кулачок.
2. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie.
3. «Ковырялочка» из III свободной позиции:
– в сторону;
– назад (с поворотом на 180^0).
4. «Припадание» в сторону из III свободной позиции.
5. Подскоки.
6. Русский бег.

7. «Перескоки».
8. «Молоточки».
10. Простой русский ход с носка в продвижении вперёд и назад.
11. Переменный ход в продвижении вперёд и назад.
12. Поясной русский поклон.
13. Притопы:
 - одинарные;
 - двойные;
 - тройные.
14. Перетопы с «противоходом».
15. Хлопушки в парах.

Белорусский народный танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук.
Позиции ног. Основные положения в паре.
3. На первом году обучения предлагается изучение танцев: «Бульба», «Крыжачок» и танцев в характере польки (полька «Янка»):
 - основной ход танца «Бульба»;
 - основной ход танца «Крыжачок»;
 - притопы;
 - «перескоки»;
 - «припадание» с акцентом у колена опорной ноги.

Танцы народов Прибалтики

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук.
Позиции ног. Основные положения в паре, тройках.
3. Основные движения:
 - соскоки;

– галоп и их различные состояния; прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами.

Украинский народный танец

1. Изучение движений Закарпатских танцев. Знакомство с музыкальным материалом.

2. Основные положения рук и ног.

Положения в паре.

3. Основные движения:

- основной ход;
- приставной шаг из стороны в сторону;
- «тропитка»;
- dos a dos на различных движениях.

Материал для класса мальчиков

1. Одинарные фиксирующие и скользящие хлопки и удары:

- в ладоши;
- по бедру;
- по голенищу сапога.

2. Присядки:

- подготовка к присядке;
- «мячик» по I прямой и I свободной позициям;
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол (на месте);
- полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на воздух вперёд и в сторону (на месте);
- «разножка» в сторону на ребро каблука (у палки).

3. Прыжки:

- малые и большие подскоки с двух ног на две (с вытянутыми ногами и с согнутыми в коленях ногами);
- подскок с согнутыми назад ногами и одновременным ударом ладонями по голенищам.

Украинский народный танец «Коломийка»

1. «Присядка-винт» по I прямой позиции с вырастанием на каблочки двух ног (противоход – бёдра).
2. Прыжок «разножка» (в воздухе широкая II позиция).

Белорусский народный танец

1. Присядка «мячик» по I прямой позиции с продвижением из стороны в сторону.
2. Полуприсядка по I прямой позиции с выведением согнутой ноги вперёд в пол и на 35°.

Второй год обучения

5 класс

Основные задачи и навыки:

1. Изучаются движения у станка (кроме rond de jambe par terre и battement fondu).
2. Развитие элементарных навыков танцевальной координации движений.
3. Все движения и комбинации движений начинаются с открывания рук (I-II позиции, т.е. preparation). Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).
Со II полугодия постепенно соединяются движения ног с переводом рук.
4. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды (1-2) из 2-3-х ранее пройденных движений (формирование навыков партнёрства).

Движения у станка

1. Plie – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп.
2. Battements tendu – «носок – каблук» с окончанием в plie (каблук).
3. Battements tendu jete pour-le-pied в сочетании с притопами.
4. Подготовка к «верёвочке» – разворот бедра в закрытое – открытое положение.
5. «Каблучное» – маленькое с 2-м ударом.
6. Опускание на колено – у каблука опорной ноги (с поворотом к палке).

7. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на полупальцах.

8. Pas tortilla – из положения *pointe* в сторону.

9. Flic-flac – из V позиции в V позицию во всех направлениях с ударом подушечкой стопы и сокращённой стопой на *cou-de-pied*.

10. Releve lent и battement derellope – с сокращением стопы с окончанием в *demi-plie* на каблук.

11. Grand battement jete – во всех направлениях из V позиции с окончанием в *demi-plie* на каблук.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

1. Простые переводы рук из позиции в позицию.

2. Земной русский поклон.

3. «Гармошка» в повороте.

4. «Верёвочка»:

– простая;

– двойная;

– с переступанием.

5. «Маятник» в прямом положении.

6. «Моталочка» в прямом положении.

7. «Переборы» подушечками стоп.

8. Шаги:

– со скользящим ударом;

– с подбивкой на каблук.

9. Дробные выстукивания:

– «разговорные» дробы;

– «двойная дробь»;

– «ключ» дробный (простой с одним и двумя двойными ударами).

10. Вращения:

- на двух подскоках полный поворот;
- «припаданием» на месте.

Белорусский народный танец

Изучается на примере белорусских полек «Крутуха» и «Трясуха».

1. Основное положение рук и ног.
2. Основное положение в паре.
3. Основной ход польки «Крутуха».
4. Основной ход польки «Трясуха».
5. Галоп.
6. Вращения на месте и в продвижении (на основе движений танцев «Крутуха» и «Трясуха»).

Украинский народный танец

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

2. Основные положения ног.
3. Основные положения рук.

Изучается I положение (руки раскрыты в сторону между подготовительным положением и 2-й позицией).

II положение (руки раскрыты в сторону между 3-й и 2-й позициями).

4. «Верёвочка»:

- простая;
- с продвижением назад.

5. Притопы:

- одинарный;
- двойной (перескок с двумя поочерёдными ударами стоп по 1-й прямой позиции).

6. «Голубцы» одинарные в сторону с притопом.

7. «Дарижка проста» («припадание» – шаг в сторону с последующим переступанием по 5-й свободной позиции).

8. «Переменный шаг»

Итальянский танец «Тарантелла»

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

2. Основные положения ног.

3. Основные положения рук. Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).

Движения рук с тамбурином.

4. Battements tendu jete вперёд:

- с шага и ударом носком по полу (pique) – с продвижением вперёд, назад;
- удар носком по полу (pique) с подскоком – на месте, с продвижением назад;

- поочерёдные удары носком и ребром каблука по полу с подскоками – на месте, с продвижением назад.

5. Jete-pique (на месте и с отходом назад на plie).

6. Jete «носок-каблук» поочерёдно (с подскоком).

7. Соскоки на полупальцы в 5-й позиции на plie (и на месте, и в повороте).

8. Pas echappe (соскоки на II позицию).

9. Бег – pas emboite – на месте, с продвижением вперёд.

10. Основной ход с pas ballone (с фиксацией на sou-de-pied).

11. Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом:

- на полупальцах по 5-й позиции;
- на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по 5-й свободной позиции.

12. Pas de basque (тройные перескоки по 5-й прямой позиции с согнутыми вперёд коленями на 90° (на месте и в продвижении вперёд, назад, с поворотом).

13. Проскальзывание назад на одной ноге на demi-plie с выведением другой ноги вперёд на носок (на месте, с продвижением назад).

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Двойные (сдвоенные хлопки и удары):

- хлопок и удар по бедру;
- два удара по бедру;
- хлопок и удар по голенищу сапога;
- два удара по голенищу сапога.

2. Присядки:

- «мячик» по I свободной позиции в продвижении и в повороте;
- полуприсядка с выносом ноги в сторону и вперёд на воздух с продвижением;
- «разножка» вперёд-назад и с поворотом корпуса «противоход»;
- «гусиный шаг».

3. Прыжки с обеих ног с одновременным сгибанием одной ноги вперёд в свободном положении и удар ладонью по подошве сапога.

Украинский народный танец

1. Основной ход танца «Ползунец» (полный присед – скользящие с каблука длинные шаги).

2. Полное приседание с последующим отскоком в сторону в полуприседание и открывание другой ноги в сторону на 45^0 .

Третий год обучения

6 класс

Основные задачи и навыки:

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях.
2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса. Темпы движений остаются умеренными.
3. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.
4. Формируются навыки выразительного исполнения движений.
5. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью, у девочек – левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

Движение у станка

1. Plie – добавляется резкое demi-plie.
2. Battement tendu:
 - с работой опорной пятки;
 - «веер» по точкам.
3. Battement tendu jete – с работой опорной пятки.
4. Подготовка к «верёвочке» – разнообразные сочетания переноса ноги и поворотов бедра, вносятся ритмическое разнообразие в движения.
5. «Каблучное» – маленькое во всех направлениях:
 - duple;
 - с demi-rond;
 - большое каблучное.
6. «Качалочка».
7. Rond de jambe par terre:
 - подготовка – rond de pied;
 - с выводением на носок и каблук.
8. Battement fondu:
 - на всей стопе на 45° в сторону;
 - вперёд-назад с demi rond.
9. Перегибы корпуса:
 - лицом к станку с plie на полупальцах;
 - одной рукой за палку в I прямой позиции (полупальцы).
10. «Штопор».
11. Flic-flac:
 - с подскоком на опорной ноге;
 - с переходом на рабочую ногу.
12. Battement developpe на demi-plie с последующим одинарным ударом опорной пятки.
13. Grand battement jete с «ножницами» с окончанием на plie на каблук.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

Усложняются сочетания ранее пройденных элементов:

1. Боковая «моталочка».
2. «Верёвочка»:
 - с «косичкой»;
 - с «косыночкой»;
 - с «ковырялочкой»;
 - синкопированная;
 - в повороте (по точкам).
3. Дробные выстукивания с продвижением.
4. Вращения:
 - русский бег в повороте;
 - через *cou-de-pied* с выносом ноги на каблук в стороны (на 45°-90°).

Для девочек – работа с платочком: основные положения рук с платочком и переводы из позиции в позицию.

Украинский народный танец

1. Положения в парах, тройках.
2. Ходы хороводные: сочетания простых и переменных шагов, на полупальцы с выносом ноги на каблучок.
3. *Pas de basque*:
 - на трёх переступаниях;
 - на 45° вперёд.
4. «Бигунец».
5. «Похид-вильный» – стелящиеся прыжки вперёд в длину.
6. «Дорижка плетена» («припадание» – шаги в сторону с последующими поочерёдными переступаниями в перекрещенное положение спереди и сзади).
7. «Выхияльник» с «угинанием» («ковырялочка» с наклоном головы (корпуса) вперёд).
7. «Верёвочка» в повороте.
8. «Подбивка» из стороны в сторону.

9. «Голубцы»:

- подряд в движении из стороны в сторону;
- с продвижением в сторону с поворотом на полкруга.

10. Подготовка к вращению и вращение на месте «обертас».

Итальянский танец «Тарантелла»

1. Основной ход с *pas ballonne* с последующим открыванием ноги вперёд.
2. *Pas balance*.
3. *Jete* на носок с *demi rond*.
4. «Веер» и «веер» в повороте (разучивается у станка).
5. Шаг-подскок (одна нога поднимается в *attitude* вперёд).
6. Соскоки на II позицию с переходом на одну ногу, другая нога в *attitude* вперёд. Так же с вращением в этом положении вокруг себя.
7. Поочерёдные выбрасывания ног вперёд в *attitude* и с разворотом на 180° (через резкий наклон корпуса вперёд и с остановкой с открытой ногой в *attitude* вперёд).
8. *Dos a dos* на различных движениях.
9. Скольжение в позе *arabesque* (вперёд, назад, вращение вокруг себя).

Венгерский народный танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук:
 - на талии внутренним ребром ладони;
 - «наматывание» — кисть вокруг другой кисти перед грудью (руки согнуты в локтях).
3. Ходы «чардаш» и ход «с каблука».
4. Соскоки на 1-й и 2-й прямые позиции с хлопками перед грудью.
5. «Ключ» со 2-й закрытой позиции.
6. Перескоки мягкие с ноги на ногу с «переступанием» в I прямой позиции и «в крест» назад за опорную ногу.
7. «Отскоки» назад на одной ноге (другая нога выбивается вперёд на 45°).

8. Подскок на одной ноге и с двойным ударом каблука другой ноги, вынесенной вперёд на 30^0 .

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Тройные (строенные хлопки и удары):

- скользящий хлопок и два удара по бедру;
- скользящий хлопок и два удара по голенищам сапог;
- скользящий хлопок и два удара по голенищу сапога;
- фиксирующий хлопок и два удара.

2. «Присядки»:

- «разножка» вперёд-назад с поворотом на 180^0 ;
- «закладка».

3. Прыжки с поджатыми ногами и с ударом по голенищу сапога.

Украинский народный танец

1. «Тынок» на месте и с поворотом (прыжок).

2. «Ползунок» вперёд и в сторону.

3. Револьтад (разучивается у станка).

4. Большой «голубец» (разучивается у станка).

Венгерский народный танец

1. «Лего боказо» – прыжок с разведением ног в стороны и ударом внутренними рёбрами сапог по I прямой позиции.

2. Хлопушки фиксирующие и скользящие:

- в ладоши;
- по бедру;
- по голенищу;
- по каблуку (простые сочетания ударов)

Четвёртый год обучения

7 класс

Основные задачи и навыки:

1. Освоение более сложных танцевальных комбинаций с широким использованием ракурсов.
2. Развитие силы и выносливости учащихся.
3. Работа над выразительностью и выявление творческой индивидуальности учащихся.
4. Активное формирование навыков ансамблевого исполнения.

Движение у станка

1. Plie – в прямых позициях и полупальцах:
 - «винт» в I прямой позиции (с двумя разворотами бёдер).
2. Battement tendu – из выворотного в прямое положение в сторону II позиции.
3. Battement tendu – на demi- plie:
 - с piques на plie с опорной пятки во всех направлениях;
 - balensuare на plie с опорной пятки.
4. Подготовка к «верёвочке» – пройденные ранее движения исполняются на полупальцах.
5. «Каблучное»:
 - «большое» duple;
 - «большое» с demi-rond.
6. Rond de jambe parter – «восьмёрка» с остановкой и без остановки в сторону.
7. Battement fondu на полупальцах.
8. Перегибы корпуса:
 - одной рукой за палку в I и IV прямых позициях на двух ногах и одной ногой;
 - в сторону (лицом к палке).
9. Pas tortie с приёма jete в сторону.
10. Battement developpe – резкое двойным ударом опорной пятки («венгерское»).
11. Flic- flac с переступанием.

12. Grand battement jete – с переходом на рабочую ногу и ударом подушечкой опорной ноги.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

1. Шаги и «припадания» собираются в связки, добавляются подвороты, flic и другие связующие движения.

2. Игра с платочком у девушек.

3. «Верёвочка»:

- с открыванием ноги на каблук;
- с перекатами через каблучок;
- с полным поворотом на полупальцах.

5. Боковая «моталочка».

В качестве хорошего дополнения и развития уже выученных движений предлагается собрать этюдную работу на основе танца «Полянка».

Молдавский народный танец

Изучение возможно на основе любого танца по усмотрению преподавателя, например «Жаворонок»:

- быстрые переступания по I прямой и III свободной позиции (на месте и в продвижении в сторону, в повороте);

- jete с подскока на опорной ноге (с акцентом к себе);
- тройные переборы ногами;
- tombe вперёд с наклоном корпуса;
- переборы с выносом ноги на каблучок;
- синкопированные подскоки и соскоки на одну и две ноги.

Разнообразие движений и связок движений зависит от задач, поставленных преподавателем.

Венгерский народный танец

1. Движение рук: круговые поочерёдные непрерывные движения внутри согнутых перед собой рук ладонями вперёд одной рукой (мужское движение).

2. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»). Ходы «Чардаш» в паре.

3. «Боказо» («ключ»):

- жёсткий (отскок с акцентированной приставкой в I прямую позицию одинарные и двойные (через паузу);

- мягкий (согнутой ногой в сторону с подъёмом на полупальцы).

4. «Люлька» (с движением рук).

5. Резкие тройные полуповороты бёдер и ног по V свободной позиции и соскоком на одну ногу в полуприседание.

6. «Цифро» («веревочка» с подъёмом на полупальцы (с акцентированным окончанием и подряд).

7. Вращения в паре и подвороты в паре.

Польский народный танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Изучаем на примере танца «Краковяк».

2. Положения ног и рук. Основные положения в паре.

3. Притопы:

- одинарные;

- двойные (перескок с последующим притопом).

4. «Ключ» одинарный и двойной.

5. Ходы:

- подскоки и бег;

- шаг с последующим броском (jete) ноги вперёд и соскоком в полуприседание на две ноги в I прямую позиции.

6. «Цвал» (галоп).

7. «Голубец» одинарный и двойной с притопом.

8. Pas balance.

9. «Кшесанэ» с притопом.

10. Pas de basque.

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Удары комбинированные:

- хлопущечный «ключ»;
- удары по подошве сапога и об пол.

2. Присядки:

- присядка в соединении с ударом по голенищу сапога ладонью;
- «качалочка»;
- «закладка» в продвижении в сторону;
- «закладка» в сочетании с «качалочкой».

3. Прыжки:

- «стульчик».

Венгерский народный танец

По желанию преподавателя и возможностям учеников могут быть изучены основные ходы и движения мужского танца «Пантозоо».

В урок включаются комбинированные хлопущки Венгерского народного танца.

Пятый год обучения

8 класс

Основные задачи и навыки:

1. Освоение сложных танцевальных комбинаций, этюдов.
2. Формирование навыков осознанного освоения элементов народного танца.
3. Формирование бережного отношения к хореографическому наследию в связи с началом изучения академического танца и областных особенностей Русского танца.

Движение у станка

1. Plie – сочетания выворотных и прямых позиций, резких и мягких plie.
2. Battement tendu:
 - с переходом с опорной ноги на рабочую;

- с увеличенным количеством переводов стопы «носок-каблук».
- 3. Battement tendu jete – с balensuare через проскальзывание опорной ноги.
- 4. «Каблучное» – с «ковырялочкой» на 90°.
- 5. Rond de jambe parter:
 - «восьмёрка» (без остановки в сторону на вытянутой опорной ноге и plie);
 - с rond de pied опорной ноги.
- 6. Battement fondu на 90°.
- 7. Flic- flac:
 - с пружинящими переступаниями на полупальцах (цыганское);
 - duple flic.
- 8. Battement developpe – резкие с двойным ударом опорной пятки в момент открывания ноги.
- 9. Grand battement jete:
 - с двойным ударом подушечкой опорной ноги;
 - с balensuare на 90°.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателей)

Русский народный танец

1. Ход кадильный (с каблучка).
2. «Верёвочка» – собираем в развёрнутые комбинации (добавляем различные украшения: хлопки, подвороты, соскоки).
3. Дробные выстукивания – дробная «дорожка» (на 16-е).
4. Вращения:
 - через каблучки;
 - бегунец с прыжочками (поджатые ноги).
5. «Игра с платочком» (у девушек).

За полный курс обучения народному танцу обучающимися освоены наиболее распространённые рисунки танца, положения рук, ходы и движения, которые встречаются повсеместно. На следующем этапе обучения, обучающиеся должны познакомиться с характерными особенностями танцев разных областей

России, так как общие движения, рисунки, положения рук, ходы приобретают свою окраску, свой ритмический пульс в зависимости от географических, этнографических и музыкальных компонентов культуры данного края.

Составители программы с уважением относятся к знаниям и творческому багажу преподавателей, работающих по всей России. Учащиеся должны познакомиться с танцами, дающими наиболее яркое представление о многообразии русской танцевальной культуры. Многие из них по праву входят в сокровищницу не только российского, но и мирового танцевального искусства.

Областные особенности Русского народного танца

Юг России (Курская область)

Изучается танцевальная композиция «Тимоня».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерный рисунок танца.

2. Основные характерные движения рук (женские и мужские):

- поворот кистей вправо-влево («игрушки»);
- «муку сеять»;
- «птички летят»;
- перевод рук вперёд-назад (мужское).

3. Основной ход – шаг в «три ножки».

Урал

Изучается танцевальная композиция «Шестёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

2. Основные положения рук, ног. Поклон.

3. Основные движения в танцах областей Урала:

- уральский ход («молоточки одинарные и двойные»);
- уральский бег;
- стелющийся шаг;

- шаркающий шаг;
- приставной переменный шаг;
- «моталочка»;
- сдвоенная дробь с притопом.

4. Мужские движения:

- «разножка» в сторону (прыжок присядка);
- присядка с «ковырялочкой» (и притопом).

Запад России

Изучается танцевальная композиция «Смоленский гусачок».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основное характерное движение рук.
3. Основной ход.

Молдавский народный танец

«Хора». «Молдавеняска»

1. Основные положения рук, ног, корпуса. Положение в парном танце.
2. Ходы:
 - подскоки и бег (в сочетаниях);
 - «дорожка»;
 - шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы или в полуприседание с подбиванием другой ноги, подводящейся к икре сзади (jete в сторону с продвижением);
 - шаг вперёд или назад с подъёмом на полупальцы и подниманием другой ноги;
 - назад или вперёд на 35^0 (женское движение), шаг в сторону с выведением другой ноги в перекрещенное положение на 45^0 .
3. Шаг-соскок с ребра каблука на всю стопу в полуприседание и броском согнутой ноги назад на 45^0 (90^0).
4. «Ключ» (молдавский с прыжком с поджатыми ногами).
5. Вращения в паре.

Польский народный танец

1. Отбианэ (вперёд).
2. «Голубец» в повороте.
3. Dos a dos на различных сочетаниях движений.
4. Резкие развороты в паре (с ударом ведущей ноги на сильную долю).
5. «Обертас» – характерное вращение с наклоном корпуса (на месте).

Дополнительно к движениям танца «Краковяк» можно взять основные ходы и движения других польских танцев, например, «Мазур» и «Ходзоны».

Испанский народный танец

«Арагонская хота»

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

12. Dos a dos на различных движениях и связках.

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Хлопушки – усложнение техники хлопшек: комбинирование различных ударов, хлопшечных «ключей» с дробными выстукиваниями и продвижением во время исполнения.

2. Присядки:

- «ползунок» с выносом ноги на воздух вперёд и в сторону;
- «разножка» на каблуки в стороны через полупальцы во II закрытой позиции;
- усложнение техники присядок и «закладки» в комбинации.

3. Прыжки:

- preparation к большим прыжкам;
- большой прыжок «разножка».

Курс сценического танца

Курс сценического танца изучается два последних года как дополнительный материал для особо способных учащихся. К изучению предлагается:

польский сценический танец («Мазурка»);

венгерский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Осваиваются простейшие элементы и движения. Вырабатываются первоначальные представления о характере, манере и стиле исполнения изучаемых движений.

2. Знакомство с музыкальным материалом.

3. Разучиваются несложные танцевальные связки, этюды (из 2-3-х движений).

Середина

Польский сценический танец «Мазурка»

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

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

Венгерский сценический танец

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

2. Положение рук и ног.
3. «Ключ» (одинарный, двойной).
4. «Заключение» (одинарное).
5. Поклоны.
6. Pas balance с подъёмом на полупальцы.
7. Developpe вперёд:
 - с последующими шагами;
 - с шагом на полупальцы и подведение другой ноги в V открытую позицию сзади.
8. «Голубец» – прыжок с двойным ударом стоп по I прямой позиции.
9. Переборы (pas de bourree) по I прямой позиции на полупальцах с demi-plie.
10. «Верёвочка» с проскальзыванием на полупальцах (на месте, с продвижением назад)

Шестой год обучения

9 класс

Шестой год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение учащихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в профессиональное образовательное учреждение.

Основные задачи и навыки:

1. Изменение структуры урока: основная часть работы – середина зала, у станка отработка трудных движений и закрепление навыков предыдущего года обучения.
2. Формирование артистического облика учащегося.
3. Совершенствование исполнительского мастерства.

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Областные особенности Русского народного танца

Средняя полоса России (Орловская область)

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук в танцах Орловской области. Поклон.
3. Основные движения:
 - переменный ход с разворотом корпуса;
 - шаркающий шаг;
 - приставной шаг с ударом;
 - сдвоенная дробь;
 - дробь «подключая»;
 - тройной притоп (с акцентом).
4. Мужские движения:
 - хлопушка в ладоши спереди и сзади с боковыми ударами;
 - хлопушка по бёдрам и в ладоши;

– присядка-«разножка»;

– шаг с каблука.

Изучается танцевальная композиция «Роза-бело-розовая».

Север России (Архангельская область)

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

2. Основные положение рук, ног. Поклон с продвижением в сторону.

3. Работа с шаялями.

4. Основные движения:

– переменный шаг (шаг с носка на всю стопу);

– простой шаг;

– «припадание» по I прямой позиции;

– «отбой».

5. Мужские движения:

- шаг с ударом по бедру;

- присядка с ударом по бёдрам;

- сдвоенная дробь с переступанием «плетёнкой»;

- шаг «ёлочкой» с двумя ударами.

Изучается танцевальная композиция «Северный хоровод с шаялями».

Сибирь

Изучается танцевальная композиция «Восьмёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

2. Основные положения рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

– сибирский ход (тройной переменный: с лёгким приседанием, с притопом);

– боковой приставной шаг;

– боковой дробный ход;

– «припляс» (pas de basque) и с переступанием;

- «веревочка» простая и с переступанием;
- сибирский ключ «отбой»;
- «припадание»;
- полька;
- галоп (вперёд).

5. Мужские движения:

- простая присядка;
- присядка – «качалка»;
- «голубец» и притопом (подбивка).

Краснодарский край (Кубань)

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

2. Основные положение рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

- шаг на полупальцах;
- боковой ход (боковой ход «накрест»);
- шаг с каблука и подбивкой;
- шаг на полупальцах;
- приставной шаг на полупальцах с опусканием на всю стопу;
- кубанский ход с дробью;
- бег.

4. Мужские движения:

- присядка с выносом ноги на каблук;
- кубанская гасма (гасма с rond);
- «голубцы»;
- pas de basque.

Изучается танцевальная композиция «Кубанская полька».

Курс сценического танца

- Польский сценический танец «Мазурка».
- Венгерский сценический танец.

- Испанский сценический танец (на примере «Сегидильи»).
- Цыганский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях с использованием разнообразных ракурсов.
2. Изучение новых танцевальных элементов.
3. Первоначальные навыки парного танца на основе пройденных движений, изучение различных положений рук в парном танце.

Середина

Польский сценический танец «Мазурка»

1. «Заключение» (двойное).
2. «Отбианэ» (вперёд).
3. Cabriole – по полу, в прямом положении с продвижением в сторону.
4. Положение корпуса и рук в парном танце.
5. Dos a dos на различных движениях.
6. Подготовка к парному вращению (с акцентированным ударом всей стопой в пол спереди – колено присогнуть).
7. Вращение в паре en dedans.
8. Опускание на колено (мужское движение):
 - с шага;
 - с соскока.
9. Обвод девушки за руку (партнёр стоит на выпаде или на колене).

Венгерский сценический танец

1. Положение корпуса и рук в парном танце.
2. Dos a dos на различных движениях.
3. Подготовка к парному вращению (с окончанием ударом всей стопой в пол в прямом положении вперёд на demi-plie).
4. Вращение в паре en dedans.
5. Developpe вперёд:
 - с проскальзыванием на опорной ноге;

– с подбиванием другой ногой сзади по V открытой позиции.

6. «Верёвочка» с поворотом.

7. Опускание на колено с шага и с прыжка на одну ногу вперёд.

8. Cabriole – по полу, в прямом положении подряд с продвижением в сторону.

Испанский сценический танец

(на примере танца «Сегидилья»)

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

2. Положение ног и рук.

3. Port de bras (переводы рук в различные позиции и положения).

4. Ход – удлинённые шаги в прямом положении вперёд на demi-plie.

5. Zapateado – выстукивания:

– поочерёдные, подушечками стоп и каблуками по I прямой позиции;

– удар стопой с двумя последующими поочерёдными ударами каблуков.

6. Соскоки в I прямую позицию на всю стопу в demi-plie.

7. Шаг по диагонали вперёд или назад, с одним или двумя ударами подушечкой стопы по V свободной позиции, сзади или спереди.

8. Sissonne ouverte в сторону на 45°.

9. Pas de basque.

10. Pas balance.

Цыганский сценический танец

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

2. Основные положение рук, ног.

Движения рук:

- круговые переводы рук от плеча;

- взмахи от плеча и локтя;

- переводы рук «восьмёркой».

Движение кисти: взмахи, мелкие от запястья, повороты внутрь и наружу.

3. Переступания на полупальцах (характерная пружинка).

4. Ходы:

- простые шаги с носка;
- скользящие шаги на полупальцах;
- переменный ход с остановкой на третьем шаге и *riques* согнутой сзади ногой (вперёд и назад);
- шаг на II закрытую позицию («винт») и окончанием в *plie* в V позиции.

5. Чечётка:

- простая;
- с переступанием;
- с соскоком на II позицию;
- боковая от себя (*flic*) – с движением в сторону за работающей ногой.

6. Прыжок в «кольцо» (женское и мужское).

7. «Хлопушки» (мужское): в несложных связках удары в ладоши, по груди, по бедру, по голенищу, по каблуку, по полу.

Срок обучения 5 (6) лет

Распределение материала по годам обучения.

I год обучения – 2 класс (второй год обучения классическому танцу)

II год обучения – 3 класс (третий год обучения классическому танцу)

III год обучения – 4 класс (четвёртый год обучения классическому танцу)

IV год обучения – 5 класс (пятый год обучения классическому танцу)

V год обучения – 6 класс (шестой год обучения классическому танцу)

Помимо основного материала по народному танцу предлагается дополнительный материал – сценический танец (8 и 9 классы), а также «Региональный танец» (для хореографических школ ДШИ республик и автономных округов в составе России).

Русский народный танец изучается на протяжении всех лет обучения. В 5 и 6 классах изучается русский танец с областными особенностями.

Приступая к изучению танца той или иной народности, необходимо ознакомить учащихся с этнографическими особенностями, географическим положением страны, музыкальным наследием, повлиявшим на формирование танцевального искусства.

Первый год обучения (2 класс)

1. Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Белорусский народный танец.
4. Украинский (Западная Украина) народный танец.
5. Украинский (Центральная Украина) народный танец.
6. Танец народов Прибалтики.
7. Итальянский танец «Тарантелла».

Второй год обучения (3 класс)

1. Региональный танец (для республик и автономных округов в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Украинский (Центральная Украина) народный танец.
4. Итальянский танец «Тарантелла».
5. Венгерский народный танец.

Третий год обучения (4 класс)

1. Региональный танец (для республик и автономных округов и республик в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Молдавский народный танец.
4. Венгерский народный танец.
5. Польский народный танец.

Четвёртый год обучения (5 класс)

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

2. Русский народный танец.
3. Молдавский народный танец.
4. Польский народный танец.
5. Испанский народный танец «Арагонская хота»

Курс сценического танца.

1. Польский сценический танец «Мазурка»
2. Венгерский сценический танец.

Пятый год обучения (6 класс)

1. Региональный танец (для республик и автономных округов и республик в составе России).
2. Русский народный танец.
3. Польский сценический танец «Мазурка».
4. Венгерский сценический танец
5. Испанский сценический танец.
6. Цыганский сценический танец.

Первый год обучения

2 класс

Основные задачи и навыки:

1. Осваиваются простейшие элементы и движения народного танца у станка и на середине зала.

2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.

3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений:

- постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»;
- позиции ног:
 - 5 свободных;
 - 5 прямых;

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

Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

Движение у станка

Изучение движений у станка начинается лицом к палке; по мере усвоения материала – за одну руку.

1. Plie по I, II, V позициям, а также по I прямой позиции.
2. Battement tendu из V позиции «носок-каблук».
3. Battement tendu jete с pour le pied.
4. Подготовка к «верёвочке» – скольжение работающей ноги по опорной.
5. Подготовка к «каблучному»:
 - маленькое «каблучное».
6. Flic- flac из V позиции во всех направлениях.
7. Перегибы корпуса в I прямой позиции на вытянутых ногах на всей стопе.
8. Releve lent на 90° с сокращением стопы.
9. Grand battement jete, в соответствии с изучением на уроке классического танца.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

Освоение Русского народного танца происходит в течение всего периода обучения. Русский народный танец должен быть представлен достаточно широко, так как его развитие тесно связано с историей нашего народа, с его бытом и обычаями.

1. Открывание и закрывание рук из подготовительного положения в 4-ю позицию (через 1-ю и 2-ю позицию); два положения кисти на талии:
 - ладонь;

– кулачок.

Простые переводы рук из позиции в позицию.

2. Поясной и земной русский поклон.

3. «Гармошка» из стороны в сторону с plie и без plie.

4. «Ковырялочка» из III свободной позиции:

– в сторону;

– назад (в повороте на 180^0).

5. «Припадание» в сторону из III свободной позиции.

6. Подскоки.

7. Русский бег.

8. «Перескоки».

9. «Молоточки».

10. Шаги:

– простой русский ход с носка в продвижении вперёд и назад;

– переменный ход в продвижении вперёд и назад;

– со скользящим ударом;

– с подбивкой на каблук.

11. «Верёвочка»:

– простая;

– двойная;

– с переступанием.

12. «Маятник».

13. «Моталочка» по прямой позиции.

14. «Переборы» подушечками стоп.

15. Притопы:

– одинарные;

– двойные;

– тройные.

16. Перетопы с противоходом.

17. Хлопушки в парах.

18. Вращения:

- полный поворот на двух подскоках;
- «припаданием» на месте.

Белорусский народный танец

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

2. Основные положения рук.

Позиции ног. Основные положения в паре.

3. Предлагается изучение танцев: «Бульба», «Крыжачок» и танцев в характере польки (полька «Янка», белорусских полек «Крутуха» и «Трясуха»):

- основной ход танца «Бульба»;
- основной ход танца «Крыжачок»;
- основной ход польки («Янка» «Крутуха», «Трясуха»);
- притопы;
- «перескоки»;
- «припадание» с акцентом у колена опорной ноги;
- галоп;
- вращения на месте и в продвижении (на основе движений танцев «Крутуха» и «Трясуха»).

Танцы народов Прибалтики

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

2. Основные положения рук.

Позиции ног. Основные положения в паре, тройках.

3. Основные движения:

- соскоки;
- галоп и их различные состояния; прыжки с вытянутыми и поджатыми ногами.

Украинский народный танец

1. Изучение движений Закарпатских танцев. Знакомство с музыкальным

материалом.

2. Основные положения рук и ног. Положения в паре.

3. Основные движения:

- основной ход;
- приставной шаг из стороны в сторону;
- «тропитка»;
- dos a dos на различных движениях.

4. Изучение движений танцев Центральной Украины. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.

5. Основные положения рук.

Изучается I положение (руки раскрыты в сторону между подготовительным положением и 2-й позицией)

II положение (руки раскрыты в сторону между 3-й и 2-й позицией)

6. «Верёвочка».

7. Двойной и тройной притопы, притоп с jete вперёд и наклоном корпуса вперёд.

8. «Голубцы» одинарные в сторону с притопом.

9. «Закрытое припадание».

10. «Переменный шаг».

Итальянский танец «Тарантелла»

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

2. Основные положения ног.

3. Основные положения рук. Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).

Движения рук с тамбурином.

4. Battements tendu jete вперёд:

- с шага и ударом носком по полу (pique) – с продвижением вперёд, назад;
- удар носком по полу (pique) с подскоком – на месте, с продвижением

назад;

- поочерёдные удары носком и ребром каблука по полу с подскоками
– на месте, с продвижением назад.

5. Jete-pique (на месте и с отходом назад на plie).

6. Jete «носок-каблук» поочерёдно (с подскоком).

7. Соскоки на полупальцы в V позиции на plie (и на месте, и в повороте).

8. Pas echange (соскоки на II позицию).

9. Бег – pas emboite – на месте, с продвижением вперёд.

10. Основной ход с pas ballone (с фиксацией на cou-de-pied).

11. Подскоки на demi-plie на месте и с поворотом:

- на полупальцах по V позиции;

- на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по V свободной позиции.

12. Pas de basque (тройные перескоки по V прямой позиции с согнутыми вперёд коленями на 90° (на месте и в продвижении вперёд, назад, с поворотом).

13. Проскальзывание назад на одной ноге на demi – plie с выведением другой ноги вперёд на носок (на месте, с продвижением назад).

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Одинарные фиксирующие и скользящие хлопки и удары:

- в ладоши;

- по бедру;

- по голенищу сапога.

2. Присядки:

– подготовка к присядке.

– «мячик» по I прямой и I свободной позициям

– полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол (на месте)

– полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на воздух вперёд и в сторону (на месте);

– «разножка» в сторону на ребро каблука (у палки).

3. Прыжки:

– малые и большие подскоки с двух ног на две (с вытянутыми ногами и с согнутыми в коленях ногами);

– подскок с согнутыми назад ногами и одновременным ударом ладонями по голенищам.

4. Хлопушки: одинарные фиксирующие и скользящие удары:

– в ладоши;

– по бедру;

– по голенищу сапога.

5. Присядки:

– подготовка к присядке;

– «мячик» по I прямой и I свободной позициям;

– полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на каблук в сторону в пол на месте;

– полуприсядка по I свободной позиции с выносом ноги на воздух вперёд и в сторону на месте;

– «разножка» в сторону на ребро каблука (у палки).

Украинский народный танец «Коломийка»

1. «Присядка-винт» по I прямой позиции с вырастанием на каблучки двух ног (противоход – бедра).

2. Прыжок «разножка» (в воздухе широкая II позиция).

Белорусский народный танец

1. Присядка «мячик» по I прямой позиции с продвижением из стороны в сторону.

2. Полуприсядка по I прямой позиции с выведением согнутой ноги вперёд в пол и на 35°.

Второй год обучения

3 класс

Основные задачи и навыки:

1. Изучаются все движения у станка.
2. Развитие элементарных навыков танцевальной координации движений.
3. Все движения и комбинации движений начинаются с открывания рук (I-II позиции, т.е. preparation). Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной).
Со II полугодия постепенно соединяются движения ног с переводом рук.
4. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды (1-2) из 2-3-х ранее пройденных движений (формирование навыков партнёрства).

Движения у станка

1. Plie – с переходом из позиции в позицию через поворот стоп.
2. Battements tendu – «носок – каблук» с окончанием в plie (каблук).
3. Battements tendu jete pour-le-pied в сочетании с притопами.
4. Подготовка к «верёвочке» – разворот бедра в закрытое – открытое положение.
5. «Каблучное» – маленькое с 2-м ударом.
6. Опускание на колено – у каблука опорной ноги (с поворотом к палке).
7. Rond de jambe par terre – подготовка (rond de pied).
8. Battement fondu на всей стопе на 45° в сторону.
9. Перегибы корпуса – в I прямой позиции на вытянутых ногах на полупальцах.
10. Pas tortille – из положения pointe в сторону.
11. Flic-flac – из V позиции в V позицию во всех направлениях с ударом подушечкой стопы и сокращённой стопой на sou-de-pied.
12. Releve lent и battement derellope – с сокращением стопы с окончанием в demi-plie на каблук.
13. Grand battement jete – во всех направлениях из V позиции с окончанием в demi-plie на каблук.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

Усложняются сочетания ранее пройденных элементов:

1. Боковая «моталочка».
2. «Верёвочка»:
 - с «косичкой»;
 - с «косыночкой»;
 - с «ковырялочкой»;
 - синкопированная;
 - в повороте (по точкам).
3. Дробные выстукивания с продвижением.
4. Вращения:
 - русский бег в повороте;
 - через *cou-de-pied* с выносом ноги на каблук в стороны (на 45°- 90°).

Для девочек – работа с платочком: основные положения рук с платочком и переводы из позиции в позицию.

Украинский народный танец

1. Положения в парах, тройках.
2. Ходы хороводные: сочетания простых и переменных шагов, на полупальцы с выносом ноги на каблук.
3. *Pas de basque*:
 - на трёх переступаниях;
 - на 45° вперёд.
4. «Бигунец».
5. «Похид-вильный» – стелящиеся прыжки вперёд в длину.
6. «Дорижка плетена» («припадание» – шаги в сторону с последующими поочерёдными переступаниями в перекрещенное положение спереди и сзади).
7. «Выхияльник» с «угинанием» («ковырялочка» с наклоном головы (корпуса) вперёд).
8. «Верёвочка» в повороте.
9. «Подбивка» из стороны в сторону.

10. «Голубцы»:

- подряд в движении из стороны в сторону;
- с продвижением в сторону с поворотом на полкруга.

11. Подготовка к вращению и вращение на месте «обертас».

Итальянский танец «Тарантелла»

1. Основной ход с pas ballonne с последующим открыванием ноги вперёд.
2. Pas balance.
3. Jete на носок с demi rond.
4. «Веер» и «веер» в повороте (разучивается у станка).
5. Шаг-подскок (одна нога поднимается в attitude вперёд).
6. Соскоки на II позицию с переходом на одну ногу, другая нога в attitude вперёд. Так же с вращением в этом положении вокруг себя.
7. Поочерёдные выбрасывания ног вперёд в attitude и с разворотом на 180° (через резкий наклон корпуса вперёд и с остановкой с открытой ногой в attitude вперёд).
8. Dos a dos на различных движениях.
9. Скольжение в позе arabesque (вперёд, назад, вращение вокруг себя).

Венгерский народный танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук:
 - на талии внутреннем ребром ладони;
 - «наматывание» – кисть вокруг другой кисти перед грудью (руки согнуты в локтях).
3. Ходы «чардаш» и ход «с каблука».
4. Соскоки на I и II прямые позиции с хлопками перед грудью.
5. «Ключ» со II закрытой позиции.
6. Перескоки мягкие с ноги на ногу с «переступанием» в I прямой позиции и «в крест» назад за опорную ногу.
7. «Отскоки» назад на одной ноге (другая нога выбивается вперёд на 45°).

8. Подскок на одной ноге и с двойным ударом каблука другой ноги, вынесенной вперёд на 30°.

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Двойные (сдвоенные хлопки и удары):

- хлопок и удар по бедру;
- два удара по бедру;
- хлопок и удар по голенищу сапога;
- два удара по голенищу сапога.

2. Присядки:

- «мячик» по I свободной позиции в продвижении и в повороте;
- полуприсядка с выносом ноги в сторону и вперёд на воздух с продвижением;
- «разножка» вперёд-назад и с поворотом корпуса «противоход»;
- «гусиный шаг».

3. Прыжки с обеих ног с одновременным сгибанием одной ноги вперёд в свободном положении и удар ладонью по подошве сапога.

Украинский народный танец

1. Основной ход танца «Ползунец» (полный присед – скользящие с каблука длинные шаги)

2. Полное приседание с последующим отскоком в сторону в полуприседание и открывание другой ноги в сторону на 45°.

Третий год обучения

4 класс

Основные задачи и навыки:

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

2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса. Темпы движений остаются умеренными.

3. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.
4. Формируются навыки выразительного исполнения движений.
5. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью. У девочек левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

Движение у станка

1. Plie – добавляется резкое demi-plie.
2. Battement tendu:
 - с работой опорной пятки;
 - «веер» по точкам.
3. Battement tendu jete – с работой опорной пятки.
4. Подготовка к «верёвочке» – разнообразные сочетания переноса ноги и поворотов бедра. вносится ритмическое разнообразие в движения.
5. «Каблучное» – маленькое во всех направлениях:
 - duple;
 - с demi-rond;
 - большое каблучное.
6. «Качалочка».
7. Rond de jambe par terre:
 - с выведением на носок и каблук.
8. Battement fondu:
 - вперёд-назад с demi rond.
9. Перегибы корпуса:
 - лицом к станку с plie на полупальцах;
 - одной рукой за палку в I прямой позиции (полупальцы).
10. «Штопор».
11. Flic-flac:
 - с подскоком на опорной ноге;
 - с переходом на рабочую ногу.
12. Battement developpe на demi-plie с последующим одинарным ударом опорной пятки.

13. Grand battement jete с «ножницами» с окончанием на plie на каблук.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Русский народный танец

1. Шаги и «припадания» собираются в связки, добавляются подвороты, flic и другие связующие движения.

2. Игра с платочком у девушек.

3. «Верёвочка»:

- с открыванием ноги на каблук;
- с перекатами через каблучок;
- с полным поворотом на полупальцах.

4. Боковая «моталочка».

5. Как хорошее дополнение и развитие уже выученных движений предлагается собрать этюдную работу на основе танца «Полянка».

Молдавский народный танец

Изучение может быть на основе любого танца по усмотрению преподавателя, например «Жаворонок»:

- быстрые переступания по I прямой и III свободной позиции (на месте и в продвижении в сторону, в повороте);
- jete с подскока на опорной ноге (с акцентом к себе);
- тройные переборы ногами;
- tombe вперёд с наклоном корпуса;
- переборы с выносом ноги на каблучок;
- синкопированные подскоки и соскоки на одну и две ноги.

Разнообразие движений и связок движений зависит от задач преподавателя.

Венгерский народный танец

1. Движение рук: круговые поочерёдные непрерывные движения внутри согнутых перед собой рук ладонями вперёд одной рукой (мужское движение).

2. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»). Ходы «Чардаш» в паре.

3. «Боказо» («ключ»):

- жёсткий (отскок с акцентированной приставкой в I прямую позицию одинарные и двойные (через паузу);

- мягкий (согнутой ногой в сторону с подъёмом на полупальцы).

4. «Люлька» (с движением рук).

5. Резкие тройные полуповороты бёдер и ног по V свободной позиции и соскоком на одну ногу в полуприседание.

6. «Цифро» («веревочка» с подъёмом на полупальцы (с акцентированным окончанием и подряд).

7. Вращения в паре и подвороты в паре.

Польский народный танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Изучаем на примере танца «Краковяк».

2. Положения ног и рук. Основные положения в паре.

3. Притопы:

- одинарные;

- двойные (перескок с последующим притопом).

4. «Ключ» одинарный и двойной.

5. Ходы:

- подскоки и бег;

- шаг с последующим броском (jete) ноги вперёд и соскоком в полуприседание на две ноги в I прямую позиции.

6. «Цвал» (галоп).

7. «Голубец» одинарный и двойной с притопом.

8. Pas balance.

9. «Кшесанэ» с притопом.

10. Pas de basque.

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Тройные (строенные хлопки и удары):
 - скользящий хлопок и два удара по бедру;
 - скользящий хлопок и два удара по голенищам сапог;
 - скользящий хлопок и два удара по голенищу сапога;
 - фиксирующий хлопок и два удара.
2. «Присядки»:
 - «разножка» вперёд-назад с поворотом на 180°;
 - «закладка».
3. Прыжки с поджатыми ногами и с ударом по голенищу сапога.

Украинский народный танец

1. «Тынок» на месте и с поворотом (прыжок).
2. «Ползунок» вперёд и в сторону.
3. Револьтад (разучивается у станка).
4. Большой «голубец» (разучивается у станка).

Венгерский народный танец

1. «Лего боказо» – прыжок с разведением ног в стороны и ударом внутренними рёбрами сапог по I прямой позиции.
2. Хлопушки фиксирующие и скользящие:
 - в ладоши;
 - по бедру;
 - по голенищу;
 - по каблуку (простые сочетания ударов).

Четвёртый год обучения

5 класс

Основные задачи и навыки:

1. Освоение более сложных танцевальных комбинаций с широким использованием ракурсов.

2. Развитие силы и выносливости учащихся.
3. Работа над выразительностью исполнения и выявление творческой индивидуальности учащихся.
4. Активное формирование навыков ансамблевого исполнения.
5. Формирование бережного отношения к хореографическому наследию в связи с началом изучения сценического танца и областных особенностей Русского танца.

Движение у станка

1. Plie – в прямых позициях и полупальцах:
 - «винт» в 1 прямой позиции (с двумя разворотами бёдер).
2. Battement tendu – из выворотного в прямое положение в сторону II позиции.
3. Battement tendu – на demi- plie:
 - с piques на plie с опорной пятки во всех направлениях;
 - balensuare на plie с опорной пятки.
4. Подготовка к «верёвочке» – пройдённые ранее движения исполняются на полупальцах.
5. «Каблучное»:
 - «большое» duple;
 - «большое» с demi-rond.
6. Rond de jambe parter – «восьмёрка» с остановкой и без остановки в сторону.
7. Battement fondu – на полупальцах.
8. Перегибы корпуса:
 - одной рукой за палку в I и IV прямых позициях на двух ногах и одной ноге;
 - в сторону (лицом к палке).
9. Pas tortie с приёма jete в сторону.
10. Battement developpe – резкое двойным ударом опорной пятки («венгерское»).
11. Flic- flac – с переступанием.
12. Grand battement jete – с переходом на рабочую ногу и ударом подушечкой опорной ноги.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателей)

Русский народный танец

1. Ход кадильный (с каблучка).
2. «Верёвочка» – собираем в развёрнутые комбинации (добавляем различные украшения: хлопки, подвороты, соскоки).
3. Дробные выстукивания – дробная «дорожка» (на 16-е).
4. Вращения:
 - через каблучки;
 - бегунец с прыжочками (поджатые ноги).
5. «Игра с платочком» (у девушек).

За полный курс обучения народному танцу учащимися освоены наиболее распространённые рисунки танца, положения рук, ходы и движения, которые встречаются повсеместно. На следующем этапе обучения учащиеся должны познакомиться с характерными особенностями танцев разных областей России, так как общие движения, рисунки, положения рук, ходы приобретают свою окраску, свой ритмический пульс в зависимости от географических, этнографических и музыкальных компонентов культуры данного края.

Составители программы с уважением относятся к знаниям и творческому багажу преподавателей, работающих по всей России. Учащиеся должны познакомиться с танцами, дающими наиболее яркое представление о многообразии русской танцевальной культуры. Многие из них по праву входят в сокровищницу не только российского, но и мирового танцевального искусства.

Областные особенности Русского народного танца

Юг России (Курская область)

Изучается танцевальная композиция «Тимоня».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерный рисунок танца.
2. Основные характерные движения рук (женские и мужские)
 - поворот кистей вправо-влево («игрушки»)

- «муку сеять»
- «птички летят»
- перевод рук вперед-назад (мужское)

3. Основной ход – шаг в «три ножки»

Урал

Изучается танцевальная композиция «Шестёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.
2. Основные положения рук, ног. Поклон.
3. Основные движения в танцах областей Урала:
 - уральский ход («молоточки одинарные и двойные»);
 - уральский бег;
 - стелющийся шаг;
 - шаркающий шаг;
 - приставной переменный шаг;
 - «моталочка»;
 - сдвоенная дробь с притопом.
5. Мужские движения:
 - «разножка» в сторону (прыжок присядка);
 - присядка с «ковырялочкой» (и притопом).

Запад России

Изучается танцевальная композиция «Смоленский гусачок».

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основное характерное движение рук.
3. Основной ход.

Молдавский народный танец

«Хора». «Молдавеняска»

1. Основные положения рук, ног, корпуса. Положение в парном танце.
2. Ходы:

- подскоки и бег (в сочетаниях);
- «дорожка»;
- шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы или в полуприседание с подбиванием другой ноги, подводящейся к икре сзади (jete в сторону с продвижением);
- шаг вперёд или назад с подъёмом на полупальцы и подниманием другой ноги;
- назад или вперёд на 35^0 (женское движение); шаг в сторону с выведением другой ноги в перекрещенное положение на 45^0 .

3. Шаг-соскок с ребра каблука на всю стопу в полуприседание и броском согнутой ноги назад на 45^0 (90^0).

4. «Ключ» (молдавский с прыжком с поджатыми ногами).

5. Вращения в паре.

Польский народный танец

1. Отбианэ (вперёд).
2. «Голубец» в повороте.
3. Dos a dos на различных сочетаниях движений.
4. Резкие развороты в паре (с ударом ведущей ноги на сильную долю).
5. «Обертас» – характерное вращение с наклоном корпуса (на месте).

Дополнительно к движениям танца «Краковяк» можно взять основные ходы и движения других польских танцев, например «Мазур» и «Ходзоны».

Испанский народный танец

«Арагонская хота»

1. Основные положения и позиции ног, рук и корпуса. Переводы рук.
2. Основной ход:
 - высокий pas de basque с перескока по I свободной позиции (высокий);
 - тройной бег.
3. Pas de basque по I прямой позиции с pique.
4. Pas balance:
 - из стороны в сторону.

– вперёд и назад.

5. «Ковырялочка».

6. Шаг в сторону с подскоком (на plie), подведение другой ноги к икре сзади.

7. Pas ballonne вперёд с последующим шагом и подведением другой ноги сзади.

8. Понта та кона – подскок с ударом другой ноги с свободной III позиции спереди с последующим отскоком в сторону (sissonne ouverte в сторону и тройным (pas de bourree) переступанием).

9. Tombe-coupe (из позы в позу) в IV свободной позиции.

10. Соскоки в V позиции с jete-passe в сторону на 90°.

11. Поворот на одной ноге (en dedans с замаха другой ногой (90°) в перекрещенном положении.

12. Dos a dos на различных движениях и связках.

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Удары комбинированные:

– хлопушечный «ключ»;

– удары по подошве сапога и об пол.

2. Присядки:

– присядка в соединении с ударом по голенищу сапога ладонью;

– «качалочка»;

– «закладка» в продвижении в сторону;

– «закладка» в сочетании с «качалочкой».

3. Прыжки:

– «стульчик».

Венгерский народный танец.

По желанию преподавателя и возможностям учеников могут быть изучены основные ходы и движения мужского танца «Пантозоо».

В урок включаются комбинированные хлопушки Венгерского народного

танца.

Курс сценического танца

Курс сценического танца изучается два последних года как дополнительный материал для особо способных учащихся. К изучению предлагается:

- Польский сценический танец «Мазурка»);
- Венгерский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Осваиваются простейшие элементы и движения. Вырабатываются первоначальные представления о характере, манере и стиле исполнения изучаемых движений.

2. Знакомство с музыкальным материалом.

3. Разучиваются несложные танцевальные связки, этюды (из 2-3 движений).

Середина

Польский сценический танец «Мазурка»

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

2. Положение рук и ног.

3. Волнообразное движение руки.

4. Поклоны.

5. «Ключ» (одинарный, двойной).

6. «Заключение» (одинарное).

7. Pas balance.

8. Перебор (pas de bourree) по I прямой позиции с demi-plie.

9. Pas marche.

10. Pas gala (вперёд).

Венгерский сценический танец

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

2. Положение рук и ног.

3. «Ключ» (одинарный, двойной).

4. «Заключение» (одинарное).
5. Поклоны.
6. Pas balance с подъёмом на полупальцы.
7. Developpe вперёд:
 - с последующими шагами;
 - с шагом на полупальцы и подведение другой ноги в V открытую позицию сзади.
8. «Голубец» – прыжок с двойным ударом стоп по I прямой позиции.
9. Переборы (pas de bourree) по I прямой позиции на полупальцах с demi-plie.
10. «Верёвочка» с проскальзыванием на полупальцах (на месте, с продвижением назад).

Пятый год обучения

6 класс

Пятый год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение учащихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в профессиональное образовательное учреждение.

Основные задачи и навыки:

1. Изменение структуры урока: основная часть работы – середина зала, у станка отработка трудных движений и закрепление навыков предыдущего года обучения.
2. Освоение сложных танцевальных комбинаций, этюдов.
3. Формирование навыков осознанного освоения элементов народного танца.
4. Формирование артистического облика учащегося.
5. Совершенствование исполнительского мастерства.

Движение у станка

1. Plie – сочетания выворотных и прямых позиций, резких и мягких plie.

2. Battement tendu:

- с переходом с опорной ноги на рабочую;
- с увеличенным количеством переводов стопы «носок-каблук».

3. Tendu jete – с balensuare через проскальзывание опорной ноги.

4. «Каблучное» – с «большой кovyрялочкой» (на 90°).

5. Rond de jambe parter:

- «восьмёрка» (без остановки в сторону на вытянутой опорной ноге и plie);
- с rond de pied опорной ноги.

6. Battement fondu на 90°

7. Flic- flac:

- с одновременным пружинящим подъёмом на полупальцы;
- duple flic.

8. Battement developpe – резкие с двойным ударом опорной пятки в момент открывания ноги.

9. Grand battement jete:

- с двойным ударом подушечкой опорной ноги;
- с balensuare на 90°.

Середина

Региональный танец (по выбору преподавателя)

Областные особенности Русского народного танца

Средняя полоса России (Орловская область)

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

2. Основные положения рук в танцах Орловской области. Поклон.

3. Основные движения:

- переменный ход с разворотом корпуса;
- шаркающий шаг;
- приставной шаг с ударом;

- сдвоенная дробь;
- дробь «подключая»;
- тройной притоп (с акцентом).

4. Мужские движения:

- хлопущка в ладоши спереди и сзади с боковыми ударами;
- хлопущка по бёдрам и в ладоши;
- присядка-«разножка»;
- шаг с каблука.

Изучается танцевальная композиция «Роза-бело-розовая».

Север России (Архангельская область)

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

2. Основные положение рук, ног. Поклон с продвижением в сторону.

3. Работа с шальями.

4. Основные движения:

- переменный шаг (шаг с носка на всю стопу);
- простой шаг;
- «припадание» по I прямой позиции;
- «отбой».

5. Мужские движения:

- шаг с ударом по бедру;
- присядка с ударом по бёдрам;
- сдвоенная дробь с переступанием «плетёнкой»;
- шаг «ёлочкой» с двумя ударами.

Изучается танцевальная композиция «Северный хоровод с шальями».

Сибирь

Изучается танцевальная композиция «Восьмёра»

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Характерные рисунки танца.

2. Основные положение рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

- сибирский ход (тройной переменный; с лёгким приседанием; с притопом);
- боковой приставной шаг;
- боковой дробный ход;
- «припляс» (pas de basque) и с переступанием;
- «веревочка» простая и с переступанием;
- сибирский ключ «отбой»;
- «припадание»;
- полька;
- галоп (вперёд).

4. Мужские движения:

- простая присядка;
- присядка – «качалка»;
- «голубец» и притопом (подбивка).

Краснодарский край (Кубань)

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

2. Основные положения рук, ног. Поклон.

3. Основные движения:

- шаг на полупальцах;
- боковой ход (боковой ход «накрест»);
- шаг с каблука и подбивкой;
- шаг на полупальцах;
- приставной шаг на полупальцах с опусканием на всю стопу;
- Кубанский ход с дробью;
- бег.

4. Мужские движения:

- присядка с выносом ноги на каблук;
- Кубанская гасма (гасма с rond);
- «голубцы»;

- pas de basque.

Изучается танцевальная композиция «Кубанская полька».

Курс сценического танца

Польский сценический танец «Мазурка».

Венгерский сценический танец.

Испанский сценический танец (на примере «Сегидильи»).

Цыганский сценический танец.

Задачи и навыки:

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях с использованием разнообразных ракурсов.
2. Изучение новых танцевальных элементов.
3. Первоначальные навыки парного танца на основе пройденных движений, изучение различных положений рук в парном танце.

Середина

Польский сценический танец «Мазурка»

1. «Заклучение» (двойное).
2. «Отбианэ» (вперёд).
3. Cabriole – по полу, в прямом положении с продвижением в сторону.
4. Положение корпуса и рук в парном танце.
5. Dos a dos на различных движениях.
6. Подготовка к парному вращению (с акцентированным ударом всей стопой в пол спереди – колено присогнуть).
7. Вращение в паре en dedans.
8. Опускание на колено (мужское движение):
 - с шага;
 - с соскока.
9. Обвод девушки за руку (партнёр стоит на выпаде или на колене).

Венгерский сценический танец

1. Положение корпуса и рук в парном танце.
2. Dos a dos на различных движениях.

3. Подготовка к парному вращению (с окончанием ударом всей стопой в пол в прямом положении вперёд на *demi-plie*).
4. Вращение в паре *en dedans*.
5. *Develope* вперёд:
 - с проскальзыванием на опорной ноге;
 - с подбиванием другой ногой сзади по V открытой позиции.
6. «Верёвочка» с поворотом.
7. Опускание на колено с шага и с прыжка на одну ногу вперёд.
8. *Cabriole* – по полу, в прямом положении подряд с продвижением в сторону.

Испанский сценический танец

(на примере танца «Сегидилья»)

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положение ног и рук.
3. *Port de bras* (переводы рук в различные позиции и положения).
4. Ход – удлинённые шаги в прямом положении вперёд на *demi-plie*.
5. *Zapateado* – выстукивания:
 - поочерёдные, подушечками стоп и каблуками по I прямой позиции;
 - удар стопой с двумя последующими поочерёдными ударами каблуков.
6. Соскоки – в I прямую позицию на всю стопу в *demi-plie*.
7. Шаг по диагонали вперёд или назад, с одним или двумя ударами подушечкой.
8. Стопы по V свободной позиции, сзади или спереди.
9. *Sissonne ouverte* в сторону на 45°.
10. *Pas de basque*.
11. *Pas balance*.

Цыганский сценический танец

1. Введение. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук, ног.
3. Движения рук:
 - круговые переводы рук от плеча;
 - взмахи от плеча и локтя;
 - переводы рук «восьмёркой».
4. Движение кисти: взмахи, мелкие от запястья, повороты внутрь и наружу.
5. Переступания на полупальцах (характерная пружинка).
6. Ходы:
 - простые шаги с носка;
 - скользящие шаги на полупальцах;
 - переменных ход с остановкой на третьем шаге и *riques* согнутой сзади ногой (вперёд и назад);
 - шаг на II закрытую позицию («винт») и окончанием в *plie* в V позиции.
7. Чечётка:
 - простая;
 - с переступанием;
 - с соскоком на II позицию;
 - боковая от себя (*flic*) – с движением в сторону за работающей ногой.
8. Прыжок в «кольцо» (женское и мужское).
9. «Хлопушки» (мужское): в несложных связках удары в ладоши, по груди, по бедру, по голенищу, по каблуку, по полу.

Материал для класса мальчиков

Русский народный танец

1. Хлопушки – усложнение техники хлопучек: комбинирование различных ударов, хлопучечных «ключей» с дробными выстукиваниями и продвижением во время исполнения.
2. Присядки:
 - «ползунок» с выносом ноги на воздух вперёд и в сторону;

- «разножка» на каблуки в стороны через полупальцы во II закрытой позиции;

- усложнение техники присядок и «закладки» в комбинации.

3. Прыжки:

- препрасьон к большим прыжкам;

- большой прыжок «разножка».

По окончании обучения учащиеся должны знать и уметь:

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;

- предельно достоверно и образно передавать национальный характер русского, польского, румынского, цыганского, восточного танцев, используя артистические и эмоциональные приёмы и навыки в парных танцах, сольных партиях, в массовых (построенных на рисунках) этюдах;

- используя технически сложные движения народно – сценического танца, не теряя артистического исполнения, достоверно и грамотно передавать национальный колорит изучаемого хореографического материала;

- учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

ВАРИАНТ ВТОРОЙ

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;

- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;

- ознакомление с рисунком народно-сценического танца, особенностями взаимодействия с партнёрами на сцене;

- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

В данной программе предложены требования по годам обучения для 8- 9-

летнего срока реализации предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество» (4-8(9) классы). Вариант для 5-6-летнего срока может быть разработан образовательным учреждением самостоятельно.

Первый 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 pliés (полуприседания и полные приседания).
- V. Battements tendus (выведение ноги на носок).
- VI. Battements tendus jetés (маленькие броски).
- VII. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
- IX. Подготовка к маленькому каблучному.
- X. Подготовка к «верёвочке», «веревочка».
- XI. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- XII. Grands battements jetés (большие броски).
- XIII. Relevé (подъем на полупальцы).
- XIV. Port de bras.
- XV. Подготовка к «молоточкам».
- XVI. Подготовка к «моталочке».
- XVII. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
- XVIII. 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 щеку,

- 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 plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

- тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,

- шаг с мазком каблуком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45°,

- комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:

- по 1 прямой позиции,
- вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие),
- 2 полугодие — по 5 позиции,
- вокруг себя и в сторону.

5. Подготовка к «верёвочке»:

- 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»,
- «ёлочка»,
- исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.

9. «Ковырялочки»:

- простая, в пол — 1 полугодие,
- простая, с броском ноги на 45^0 и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие,
- «ковырялочка» на 90^0 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 позиции — 2 полугодие,

— подскоки на двух ногах,

— поочерёдные подскоки с подъёмом согнутой ноги вперёд,

— присядки на двух ногах,

— присядки с выносом ноги на каблук,

— присядки с выносом ноги в сторону на 45^0 — 2 полугодие.

Подготовка к вращениям на середине зала

- полуповороты по четвертям круга приёмом plie-releve,

- полуповороты по четвертям круга приёмом шаг-retere,

- полуповороты по четвертям круга приёмом plie-каблучки,

- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвёртое – в повороте на 45^0 ,

- подскоки по той же схеме,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90^0 во всех вращениях.

Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

- приёмом шаг-retere по схеме: 2 шага retere на месте, 2 – в повороте на 90^0 , 5, 6, 7, 8 – шаги на месте;
- к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 – в повороте на 180^0 , 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза;
- 2 полугодие – поворот на 4 шага – retere на 180^0 ;
- подскоки – разучиваются по той же схеме.

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

Рекомендуемые к изучению танцы:

Русские танцы

Белорусские танцы

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 танцев, освоение данных элементов на середине;
- владеть приемами: «сокращённая стопа», «скошенный подъем»;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- знать движения в различных ракурсах и рисунках;
- уметь исполнять движения в характере русского и белорусского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

Второй год обучения

Экзерсис у станка

I. Demi-pliés u grand-pliés (полуприседания и полные приседания).

II. Battements tendus (скольжение стопой по полу).

- III. Battements tendus jetés (маленькие броски).
- IV. Pas tortillé (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. «Верёвочка».
- X. Подготовка к battements fondus.
- XI. Développé.
- XII. Дробные выстукивания.
- XIII. Grand battements jetés (большие броски).

Движения, изучаемые лицом к станку

1. Relevé-pliés (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).
2. Relevé-plié (с оттяжкой от станка на каблучках назад по 1 прямой позиции).
3. «Волна».
4. Подготовка к «штопору».
5. Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперёд и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.
6. Подготовка к «сбивке».
7. Для мальчиков:
 - а) подготовка к присядкам,
 - б) присядки с выносом ноги на каблук вперёд и в сторону,
 - в) мячик боком к станку,
 - г) с выведением ноги вперёд.
8. Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.
9. Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.
10. С выходом во вторую позицию широкую на каблуки.

11. «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, 1 полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперёд.
12. «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе – 1 полугодие.
13. Прыжки:
 - а) поджатые в сочетании с *temps levé sauté*,
 - б) «итальянский» *shangements de pieds*.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:
 - а) простой поясной с продвижением (подходом вперёд 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 четвёртое (женское),
 - из третьего положения в первое,
 - из подготовительного положения в четвёртое.
 - б) движения 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,
 - прищёлкивания пальцами.

Все переводы рук из одного основного положения в другое могут

выполняться обеими руками одновременно или поочерёдно 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»,
- «прочёсы».

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 (вперёд и боковой приставной с ударом),
- шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,
- шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию,
- то же самое с подъёмом на полупальцах,
- ход с каблучка с мазком каблуком,
- ход с каблучка простой,
- ход с каблучка с проведением 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 подъёмом колена вперёд 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, вперёд, с отходом назад, по диагонали,

— с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.

7. «Верёвочка»:

а) подготовка к «верёвочке» — 1 полугодие (на высоких полупальцах),

б) «косыночка»,

в) простая «верёвочка» — 1 полугодие,

г) двойная «верёвочка» — 2 полугодие,

д) двойная «верёвочка» с выносом ноги на каблук — 2 полугодие.

8. «Молоточки» простые. 2 полугодие – по 5 позиции.

9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.

10. Все виды «гармошечек»:

— «лесенка»,

— «ёлочка» в сочетании с pliés полупальцами с приставными шагами и припаданиями.

11. «Ковырялочка»:

— с отскоком и броском ноги на 30^0 ,

— с броском на 60^0 ,

— 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 поочерёдным выбрасыванием ног вперёд на каблук:

- простые,
- с двойным перебором.

14. Дробные движения:

- двойные притопы,
- тройные притопы,
- аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперёд, 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 45^0 ,
- тройные притопы с акцентированным подъёмом 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 45⁰,
- с выносом ноги вперёд, 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 вперёд-назад,
- аналогично с поворотом корпуса.

16. Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

Рекомендуемые к изучению танцы:

Русские танцы

Украинские танцы

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

Третий год обучения

Экзерсис у станка

- I. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- III. Battemets tendus jetés (маленькие броски).
- IV. Pas tortillé (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. Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).

XI. «Верёвочка».

XII. Дробные выстукивания.

XIII. Grands battements jetés (большие броски ногой).

Упражнения лицом к станку

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
3. Port de bras в определённом характере, по всем направлениям, с работой рук.
4. «Качалочка» простая, в раскладке.
5. «Качалочка» с акцентом.
6. «Качалочка» в усложнённых 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 — 2 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: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «верёвочки», 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 развёрнутой, из свёрнутой пополам и вчетверо, треугольником шали,
- движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах,
- изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».

3. Виды русских ходов и поворотов:

- простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий,
- «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад,
- широкий шаг-«мазок» на 45^0 и 90^0 с сокращённым подъёмом, с *plié* и на *plié*,
- боковой приставной на *plié* с выведением через подмену ноги на 45^0 и

90° в сторону,

- хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,
- переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочерёдным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,

- ходы с каблучков:

- а) простые, на вытянутых ногах,

- б) акцентированные, под себя в *plié*,

- в) с выносом на каблук вперёд,

- боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперёд, 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, приёмом *shainé*, приёмом перескок (высокий),

- тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),

- повороты с «ковырялочкой»,

- повороты с «молоточками»,

- повороты приёмом «каблучки», «поджатые»,

- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

4. «Верёвочки»:

- 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: вперёд 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 вперёд,
— 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 приёмом *jetés* с вытянутым и сокращённым подъёмом,
— с перекрёстным отходом назад или в позу,
— с остановкой в 5 позицию на полупальцах,
— с использованием переступаний через положение *reteré* при помощи «верёвочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,
— в трюковых диагональных вращениях.

7. «Гармошечки»:

— простая на вытянутых ногах и на *demi plié*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко,
— в повороте, в диагональном рисунке с руками,
— в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперёд-назад в диагональное направление,
— с чередованием приставных шагов, с *pas degagé*, в характере

«Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

8. Припадания:

- боковые с двойным ударом спереди,
- вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга.

9. Перескоки и «подбивки»:

- перескоки в повороте,
- перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (2 полугодие в повороте),
- неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции,
- поочерёдное выбрасывание ног на каблук вперёд, на месте, 2 полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,
- подбивка «голубец», на месте и с переступанием (2 полугодие).

10. Дробные выстукивания:

- двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,
- синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *reteré* у колена невыворотно,
- 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» вперёд и в сторону на пол.

12. Прыжки:

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

Рекомендуемые к изучению танцы:

Русские танцы

Белорусские танцы

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;
- усвоить и развивать ансамблевое исполнение;
- ориентироваться в пространстве во время исполнения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно пользоваться деталями костюма, атрибутикой: ленточками, веночками, платочками, шапками, корзинками, бубнами и т.д.;
- продолжать добиваться в ансамбле выразительности и виртуозности исполнения движений.

Четвёртый 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).
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VII. Большое каблучное.
- VIII. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- IX. «Верёвочка».
- X. Battemets developpe.
- XI. Дробные выстукивания.
- XII. 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 вперёд и назад в сочетании с движениями рук).
3. Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.
4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперёд.
5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперёд и включением работы рук и корпуса.
6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперёд 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 вперёд.
9. Шаг с притопом в продвижении вперёд, отходом назад.
10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).
11. Шаг с продвижением вперёд (медленный, плавный). Для девушки – с платочком в руке.
12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперёд).

13. Шаг с переступанием, с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.
14. Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперёд).
15. Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».
16. Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».
17. Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.
18. «Верёвочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.
19. «Двойная веревочка» с поочерёдными 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» хлопушечный;
 - г) три дробные дорожки с заключительным ударом;
 - д) поочерёдное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;
 - е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;
 - ж) «отбивка» с выбросом ноги вперёд;
 - 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) поочерёдные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;
 - б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;
 - в) удар по голенищу вытянутой ноги;
 - г) хлопушки на поворотах;

д) «ключ» с хлопушкой.

27. Трюковые элементы (мужские):

а) «разножка» в воздухе;

б) «щучка» с согнутыми ногами;

в) «крокодильчик»;

г) «коза»;

д) «бочонок».

Вращения на середине зала

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

1. Приёмом plie-releve (два на месте, третий – plie-подготовка, четвёртый – вращение) – 1 полугодие – двойное вращение за 4-м разом.
2. Приёмом plie-retere (аналогичная схема изучения).
3. Приёмом plie-каблочки (аналогичная схема изучения).
4. Приёмом 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 приёмом 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 приёмом 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-pirique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
2. Бег с выбрасыванием правой ноги вперёд.
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», в различных ритмических рисунках.
6. Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
7. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».
8. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
9. Мужские вращения с использованием пройденного материала.

Вращения по кругу

1. Приёмом 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 вперёд.
7. «Шаг-каблук», 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.

Рекомендуемые к изучению танцы:

Русские танцы. Танцы местной традиции

Танцы народов Поволжья

Итальянские танцы

Испанские танцы

Мексиканские танцы

По окончании четвёртого 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, дробь – для девочек; различные виды присядок, «хлопушек» – для мальчиков;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

Пятый год обучения

Экзерсис у станка

- I. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
- III. Pas tortillé (развороты стоп).

- IV. Battemets tendus jetés (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. «Верёвочка».
- XI. Battment développé.
- XII. Дробные выстукивания.
- XIII. Grands battements jetés (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 360^0 в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах.
5. «Моталочка» с поворотом.
6. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперёд.
7. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперёд, 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 вперёд, в сторону и на воздух).

Вращения на середине зала

1. Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
2. Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
3. Вращение по 2 позиции невыворотом, стремительно.
4. Бег на месте со 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 приёмом «обертас» с высотой на 45^0 – 1 полугодие и 90^0 – 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 приёмам вращений на середине зала.

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.

Вращения в характере изученных национальных танцев.

Рекомендуемые к изучению танцы:

Региональные танцы

Калмыцкие танцы

Испанские танцы

Венгерские танцы

Болгарские танцы

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.

Шестой год обучения

6 год обучения является дополнительным годом обучения по предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства. Обучение учащихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в среднее профессиональное образовательное учреждение.

Экзерсис у станка

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

II. Battements tendus (скольжение ногой по полу).

III. Pas tortillé (развороты стоп).

- IV. Battemets tendus jetés (маленькие броски).
- V. Flic-flac (мазок к себе от себя) на материале цыганского танца.
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VII. Большое каблучное.
- VIII. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
- IX. «Верёвочка».
- X. Battment développé .
- XI. Дробные выстукивания.
- XII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

1. Поклон в выбранном национальном характере.
2. Ускоренная «гармошечка» (без plie) в сочетании с degaje.
3. «Верёвочки»:
 - простая, с подскоком на одной ноге, другая – на щиколотке впереди, исполняются развороты бедра;
 - простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены;
 - двойная, аналогично исполнению простой – 2 полугодие;
 - три верёвочки и подскок с поджатыми ногами;
 - в сочетании со всевозможными приемами поворотов;
 - на основе национального характера.
4. «Моталочка» – «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.
5. Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.
6. Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.
7. Ход с подбивкой и продвижением вперёд.
8. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперёд.
9. Шаг-бег с наклоном в корпусе.

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

11. Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).

12. «Хлопушки» и «закладки»:

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

13. Трюки мужского характера:

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

Вращения на середине зала

1. Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблучки (с выходом на двойное вращение на каблучках).

2. Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.

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

4. Вращения с использованием движений из национальных танцев.

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

Вращения по диагонали зала

1. Shaine:

- shaine в сочетании с шагом на полупальцы рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотно;
- То же, с двойным вращением – 2 полугодие;

- Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте.
- 2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приёмом «обертас» с высотой на 45^0 – 1 полугодие и 90^0 – 2 полугодие.
- 3. Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
- 4. Вращения, комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.
- 5. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
- 6. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращения по кругу зала

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

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

Рекомендуемые к изучению танцы:

Русские танцы

Танцы народов Севера

Цыганский танец

Польский танец

Испанский танец

Восточный танец

По окончании обучения учащиеся должны знать и уметь:

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;

- предельно достоверно и образно передавать национальный характер русского, польского, румынского, цыганского, восточного танцев, используя

артистические и эмоциональные приёмы и навыки в парных танцах, сольных партиях, в массовых (построенных на рисунках) этюдах;

- используя технически сложные движения народно-сценического танца, не теряя артистического исполнения, достоверно и грамотно передавать национальный колорит изучаемого хореографического материала;

- учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

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

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнёрами 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;

4. Гербек Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
5. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Ферменянц Е., Народно-сценический танец, ч.1. М., 1976.
6. Королева Э. Хореографическое искусство Молдавии. – Кишинев, 1970
7. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев, 1967
8. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
9. Лопухов А., Ширяев А, Бочаров А. Основы характерного танца, Л.-М., 1939
10. Мальми В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск, 1977
11. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
12. Надеждина Н. Русские танцы М., 1950
13. Степанова Л. Танцы народов России. – М.: Советская Россия, 1969
14. Стуколкина И. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972
15. Уральская В. Поиски и решения. - М.: Искусство, 1974
16. Устинова Т. Русские народные танцы. М., 1950
16. Хворост И. Белорусские народные танцы. - Минск, 1976
17. Чурко Ю. Белорусский народный танец. - Минск, 1970