

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОЧЕРСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Примерная программа по учебному предмету  
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Срок освоения 3 года  
Возраст с 7 до 13 лет

ОЧЕР, 2019г.

Принято: Педагогическим советом МАОУ ДО «Очерская ДШИ» Протокол № 01 от 29.08.2019г.	Утверждаю: Директор МАОУ ДО «Очерская ДШИ» Г. В. Артемова 29.08.2019г.
---	--

РАЗРАБОТЧИК: Бояршинова Елена Юрьевна,  
преподаватель хореографических дисциплин  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»

РЕЦЕНЗЕНТ: Плотникова Фаина Федоровна  
Заместитель директора по УВР  
МАОУ ДО «Очерская 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 «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ 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 предмет «Народно-сценический танец» изучается с 1 по 3 класс (3-летний срок обучения)

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

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

Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народно-сценическим танцем

позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

## **2. Срок реализации учебного предмета**

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в возрасте с 7 до 13 лет, составляет 3 года.

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

**Таблица 1**

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Год обучения (класс)
	1-3
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	330
аудиторные занятия (в часах)	330

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

групповые, численность группы от 11 человек, рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут.

#### **5. Цель и задачи учебного предмета**

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

#### **Задачи:**

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

#### **6. Обоснование структуры программы учебного предмета**

Структура программы отражает 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 учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках дополнительной общеразвивающей 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 «Народный танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано, баяна) в балетном классе;
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, 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 2**

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» 3 года

Классы	1	2	3
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	1	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	66	33	33
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	1	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	33	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	132		

## **2. Требования по годам обучения**

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;
- ознакомление с рисунком народно-сценического танца особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;

- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

В данной программе предложены требования по годам обучения для реализации общеразвивающей программы «Хореографическое творчество» (1-3 классы).

### **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 plies (полуприседания и полные приседания).
- V. Battements tendus (выведение ноги на носок).
- VI. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- VII. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
- IX. Подготовка к маленькому каблучному.
- X. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
- XI. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- XII. Grands battements jetes (большие броски).
- XIII. Releve (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 поочередно в точке на 30-45<sup>0</sup>, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,

- переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,

- переменный ход с plie на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

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

- шаг с мазком каблуком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45<sup>0</sup>,

- комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:

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

5. Подготовка к «веревочке»:

- без полупальцев, без проскальзывания — 1 полугодие,
- с полупальцами, с проскальзыванием — 2 полугодие,
- «косичка» (в медленном темпе).

6. Подготовка к «молоточкам»:

- по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади,
- 2 полугодие — без задержки.

7. Подготовка к «моталочке»:

- по 1 прямой позиции — 1 полугодие с задержкой ноги сзади, впереди,
- 2 полугодие — «моталочка» в «чистом» виде.

8. «Гармошечка»:

- начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие,
- «лесенка»,
- «елочка»,
- исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.

9. «Ковырялочки»:

- простая, в пол — 1 полугодие,
- простая, с броском ноги на  $45^0$  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 позициям — 2 полугодие,

— подскоки на двух ногах,

— поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,

— присядки на двух ногах,

— присядки с выносом ноги на каблук,

— присядки с выносом ноги в сторону на  $45^{\circ}$  — 2 полугодие.

#### **Подготовка к вращениям на середине зала**

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки,

- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на  $45^{\circ}$ ,

- 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 в классе; подскоки.

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

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

## **Второй год обучения**

### **Экзерсис у станка**

- I. Demi-plies u grand-plies (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение стопой по полу).
- III. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- IV. Pas tortille (развороты стоп).
- V. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VI. Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).
- VII. Маленькое каблучное.
- VIII. Большое каблучное.
- IX. «Веревочка».

X. Подготовка к battements fondus.

XI. Developpe.

XII. Дробные выстукивания.

XIII. Grand battements jetes (большие броски).

### **Движения, изучаемые лицом к станку**

1. Releve-plies (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).

2. Releve-plie (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 вперед и в сторону, на plie, с полурастяжками и растяжками.

6. Подготовка к «сбивке».

7. Для мальчиков:

а) подготовка к присядкам,

б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону,

в) мячик боком к станку,

г) с выведением ноги вперед.

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 каблук.

11. «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.

12. «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.

13. Прыжки:

а) поджатые в сочетании с temps leve saute,

б) «итальянский» shangements de pieds.

## Экзерсис на середине зала

### 1. Русский поклон:

а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);

б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

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

а) переводы рук из одного основного положения в другое:

— из подготовительного положения в первое основное,

— из первого основного положения в третье,

— из первого основного во второе,

— из третьего положения в четвертое (женское),

— из третьего положения в первое,

— из подготовительного положения в четвертое.

б) движение рук с платочком:

— взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции),

— то же самое из положения — скрещенные руки на груди,

— работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции,

— всевозможные взмахи и качания платочком,

— прищелкивания пальцами.

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

### 3. Положения рук в парах:

— под «крендель»,

— накрест,

— для поворота в положении «окошечко»,

— правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

### 4. Положение рук в рисунках танца:



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

#### 5. Ходы русского танца:

- простой переменный ход на полупальцах,
- тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена,
- шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом),
- шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,
- шаг-мазок каблучком через 1 прямую позицию,
- то же самое с подъемом на полупальцах,
- ход с каблучка с мазком каблучком,
- ход с каблучка простой,
- ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании,
- «бегущий» тройной ход на полупальцах,
- простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
- тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
- бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции,
- такой же бег с различными ритмическими акцентами,
- комбинации с использованием изученных ходов.

#### 6. Припадания:

- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,

— с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.

7. «Веребочка»:

а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах),

б) «косыночка»,

в) простая «веревочка» — первое полугодие,

г) двойная «веревочка» — второе полугодие,

д) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук — второе полугодие.

8. «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции.

9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.

10. Все виды «гармошечек»:

— «лесенка»,

— «елочка» в сочетании с plies полупальцами с приставными шагами и припаданиями.

11. «Ковырялочка»:

— с отскоком и броском ноги на  $30^\circ$ ,

— с броском на  $60^\circ$ ,

— с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук,

— то же самое с переступаниями на опорной ноге.

12. Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:

— простые (до щиколотки),

— простые (до уровня колена),

— с ударом по 1 прямой позиции,

— двойные (до уровня колена с ударом),

— с продвижением в сторону.

13. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук:

— простые,

— с двойным перебором.

14. Дробные движения:

- двойные притопы,
- тройные притопы,
- аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону,
- притопы в продвижении,
- притопы вокруг себя,
- ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов,
- простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении),
- простые переборы каблучками,
- переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке,
- переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса),
- «трилистник» с притопом,
- двойная дробь с притопом,
- двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на  $45^0$ ,
- тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями),
- «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный,
- «ключ» простой.

#### 15. Полуприсядки:

- простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,
- с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,
- с выносом ноги на  $45^0$ ,
- с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,
- с выходом на каблучки в широкую вторую позицию,
- с выходом на каблучки и разворотом корпуса в сторону,
- с выходом на каблучки, ноги раскрыты вперед-назад,
- аналогично с поворотом корпуса.

16. Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

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

**Третий год обучения**

**Экзерсис у станка**

I. Demi plies и grand plies (полуприседания и полные приседания).

II. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .

III. Battemets tendus jetes (маленькие броски).

IV. Pas tortille (повороты «стоп», одинарные и двойные).

V. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).

VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).

VII. Маленькое каблучное.

VIII. Большое каблучное.

IX. Battemets fondus (мягкий, тающий).

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

XI. «Веревочка».

XII. Дробные выстукивания.

### XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

#### Упражнения лицом к станку

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
3. Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
4. «Качалочка» простая, в раскладке.
5. «Качалочка» с акцентом.
6. «Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.
7. «Качалочка с выведением ноги на каблук.
8. Прыжковые «голубцы»:
  - с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция),
  - тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка,
  - низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца,
  - прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.
9. Подготовка к «сбивке», «сбивка».
10. Подготовка к прыжку attitude назад.
11. Подготовка к «моталочке» с отскоком.
12. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на  $30^{\circ}$ , на  $90^{\circ}$  — второе полугодие.
13. Присядка с выносом ноги на воздух на  $45^{\circ}$  и на  $90^{\circ}$ .
14. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух  $45^{\circ}$  и  $90^{\circ}$ .
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», «веревочки», дроби. Усложняются манипуляции с платочком:

- платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения,
- полуокружности перед собой вправо и влево,
- взмахи на вращениях из первой в третью позицию,
- используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали,
  - движения с шалью и платком обыгрываются в 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 сокращенным подъемом, с plie и на plie,

— боковой приставной на plie с выведением через подмену ноги на  $45^0$  и  $90^0$  в сторону,

— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,

— переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,

— ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах,

- б) акцентированные, под себя в plie,
- в) с выносом на каблук вперед,
  - боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,
  - боковые припадания с поворотами,
  - припадания по линии круга с работой рук,
  - бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом,
  - бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом,
  - повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,
    - повороты с выносом ноги на каблук, приемом shame, приемом перескок (высокий),
    - тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),
    - повороты с «ковырялочкой»,
    - повороты с «молоточками»,
    - повороты приемом «каблучки», «поджатые»,
    - повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

#### 4. «Веревочки»:

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

#### 5. «Ковырялочки»:

- простые,
- в повороте на  $90^0$ , со сменой ног,
- с отскоком и продвижением вперед,
- с отскоком и большим броском на  $90^0$ ,

- в сочетании с различными движениями русского танца,
- воздушные на  $30^0$ ,  $45^0$ ,  $90^0$ ,
- в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца.

#### 6. «Моталочки»:

- простая,
- простая в повороте по четвертям круга, на  $90^0$  с использованием бросков ноги приемом *jétes* с вытянутым и сокращенным подъемом,
- с перекрестным отходом назад или в позу,
- с остановкой в 5 позицию на полупальцах,
- 
- 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 вперед назад в диагональное направление,
- 

#### 8. Припадания:

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

#### 9. Перескоки и «подбивки»:

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



#### 10. Дробные выстукивания:

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

#### 11. Присядки:

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

#### 12. Прыжки:

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

#### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы Белорусские танцы Украинские народные танцы Молдавские танцы*

*Дополнительно по желанию преподавателя можно включить финские и карельские народные танцы.*

### **По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки русского, украинского, молдавского танцев;
- усвоение и дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно пользоваться деталями костюма

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

*1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание* Оценка качества реализации программы "Народно-сценический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

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

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

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

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

## 2. Критерии оценок

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

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

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

***Таблица 5***

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

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области музыкального искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## **VI. Методическое обеспечение учебного процесса**

### ***Методические рекомендации педагогическим работникам***

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

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

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;

- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

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

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

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

Преподавание народно-сценического танца заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники народно-сценического танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

## **VI. Список рекомендуемой учебной литературы**

### ***Основная литература***

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка.- Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. - Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - Орел, 2004
3. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец.- М., 1976
4. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981
5. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
6. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974

### ***Дополнительная литература***

1. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002
2. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. - Самара: СГУ, 1992

4. Гербек, Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
5. Корлева З. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
6. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. - Кишинев, 1967
7. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
8. Мальми В. Народные танцы Карелии. - Петрозаводск, 1977
9. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
10. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
11. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974 12  
Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976
13. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Очерская детская школа искусств»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Примерная программа по учебному предмету  
ПОДГОТОВКА КОНЦЕРТНЫХ НОМЕРОВ  
Срок освоения 3 года  
Возраст с 6,6 до 18 лет

Очер, 2019г.

Принято :  
Педагогическим советом  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
Протокол № 01 от 29.08.2019г.

Утверждаю:  
Директор  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
  
Г.В. Артемова  
29.08.2019г.



РАЗРАБОТЧИК: Бояршинова Елена Юрьевна  
преподаватель хореографических дисциплин  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»

РЕЦЕНЗЕНТ: Плотникова Фаина Федоровна  
Заместитель директора по УВР  
МАОУ ДО «Очерская 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;
- Контрольные требования на разных этапах обучения;

### V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся;

### VI. Списки рекомендуемой нотной и методической литературы;

- Список рекомендуемой методической литературы;

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Подготовка концертных номеров» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Процесс подготовки концертных номеров формирует у детей и подростков исполнительские умения и навыки в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, знакомит с сущностью, выразительностью и содержательностью исполнительского искусства, способствует выявлению творческого потенциала и индивидуальности каждого учащегося, включая в работу физический, интеллектуальный и эмоциональный аппарат ребенка. Учащиеся должны получить возможность раскрыть заложенные в каждом творческие задатки и реализовать их в соответствующем репертуаре за период обучения.

Учебный предмет "Подготовка концертных номеров" неразрывно связан со всеми предметами дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы в области хореографического искусства "Хореографическое творчество".

На занятиях применяются знания, умения, навыки, приобретенные учащимися на уроках классического танца, народно-сценического танца и других.

При изучении предмета необходимо активно использовать современные технические средства, просмотр видеоматериала, кинофильмов, прослушивание музыкального материала и т.д., которые могут служить примером в изучении предмета «Подготовка концертных номеров».

Необходимо приводить примеры из творческой деятельности ведущих мастеров хореографического искусства, а также знакомить с лучшими

спектаклями, концертными программами и отдельными номерами хореографических коллективов.

Для более углубленного изучения курса «Подготовка концертных номеров» необходимо посещение концертов профессиональных и любительских коллективов, выставок, музеев с последующим их обсуждением и анализом.

## 2. Срок реализации учебного предмета

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с 6,6 до 18 лет, составляет 3 года.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Подготовка концертных номеров».

Таблица 1

Срок обучения – 3 года

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы
	1-3
Максимальная учебная нагрузка (на весь период обучения, в часах)	33
Количество часов на аудиторные занятия	33
Общее количество часов на аудиторные занятия	99

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий: групповая (от 11 человек), рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут.

Мелкогрупповая форма (от 4 до 10 человек) позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально - психологические особенности.

#### **5. Цель и задачи учебного предмета «Подготовка концертных номеров»**

Цель:

развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм в соответствии с дополнительными общеразвивающими программами, а также выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

Задачи:

- развитие танцевальности, чувства позы, умение правильно распределять сценическую площадку;
- развитие музыкальности, координации движений;
- развитие чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательнотанцевальных способностей, артистизма;
- приобретение обучающимися опыта творческой деятельности и публичных выступлений;
- стимулирование развития эмоциональности, памяти, мышления, воображения и творческой активности в ансамбле;
- умение преодолевать технические трудности при исполнении сложных комбинаций;
- формирование у одаренных детей комплекса знаний, умений и навыков, позволяющих в дальнейшем осваивать профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства.

#### **6. Обоснование структуры учебного предмета**

Структура программы отражает все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение УП;

- 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:

метод организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);

- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (самоанализ ребенка);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления).

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 «Подготовка концертных номеров»

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Балетные учебные залы для занятий по учебному предмету "Подготовка концертных номеров" должны быть оборудованы балетными станками, зеркалами размером 7м x 2м. Необходимо наличие музыкального инструмента и/или аудио аппаратуры.

Необходимо наличие концертного зала и фонотеки.

## II. Содержание учебного предмета

1.Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Подготовка концертных номеров»:

Таблица 3

Срок обучения – 3 года

Класс	Распределение по годам обучения		
	1	2	3
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1
Общее количество часов на аудиторные занятия (по годам)	33	33	33
Общее количество часов на аудиторные занятия	99		
Объем времени на консультации	6	8	8
Общий объем времени на консультации	22		

Консультации. Реализация программы по подготовке концертных номеров обеспечивается консультациями для обучающихся, которые проводятся с целью подготовки к академическим концертам, творческим конкурсам и другим мероприятиям по усмотрению образовательного учреждения. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени.

Аудиторная нагрузка по учебному предмету «Подготовка концертных номеров» распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени.

## 2. Требования по годам обучения

Настоящая программа отражает разнообразие репертуара, его академическую направленность, а также возможность индивидуального подхода к каждому ученику. Количество музыкальных хореографических постановок, рекомендуемых для изучения в каждом классе, дается в годовых требованиях.

Срок обучения – 3 года

### **1 класс**

Приобретение навыка: танцевать в паре и чувствовать партнера, распределять сценическую площадку. Умение исполнять движения польки: подскоки, галоп. Примерный перечень хореографических номеров (по выбору). Классический танец: танцы на основе изученных движений.

#### Народный танец:

1. Финская полька (произвольная композиция)
2. Хип-хоп (произвольная композиция)
3. Корякский танец (произвольная композиция)
4. «Менуэт» (произвольная композиция). Музыка П. Мориа

В первом классе в конце года проводится промежуточная аттестация в виде академического концерта.

### **2 класс**

Изучение движений и их разнообразных вариаций, что способствует улучшению памяти и сообразительности, умению сосредотачиваться, необходимому в дальнейшем в хореографических постановках. Усложнение движений, их соединение между собой, умение перейти от одного движения к другому. Отработка исполнения учащимися небольших вариаций из танцев народов мира и русских народных постановок.

Примерный перечень хореографических номеров

#### Классический танец:

1. Э. Григ. Детский танец из балета «Сольвейг». Постановка Л. Якобсона

2. Э. Григ. «Норвежский танец». Постановка Е. Снетковой-Вечесловой
3. Белорусский танец «Крыжачок»
4. Белорусский танец «Бульба»
5. Хип-хоп (малая группа)

Во втором классе в течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце года проводится промежуточная аттестация в виде академического концерта.

### **3 класс**

Воспитание у детей навыков, которые помогают создавать танцевальные образы. Изучение танцев и объяснение смысла изучаемых номеров. Знание и понимание образного содержания исполняемой композиции.

Примерный перечень хореографических номеров

#### Народный танец:

1. Русский сюжетный танец
2. Русский мужской танец «Камаринская»
3. «Гуцульский танец»
4. «Татарский танец»
5. Диско малая группа

В третьем классе в течение года обучающиеся могут принимать участие в концертах, конкурсах и фестивалях различного уровня, в конце года проводится промежуточная аттестация в виде академического концерта.



### III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения образовательной программы учебного предмета «Подготовка концертных номеров», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- умение осуществлять подготовку концертных номеров, партий под руководством преподавателя;
- умение работы в танцевальном коллективе;
- умение видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- умение понимать и исполнять указание преподавателя, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции,
- навыки участия в репетиционной работе.

### IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. **Аттестация:** цели, виды, форма, содержание. Оценка качества реализации программы "Подготовка концертных номеров" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: академических и тематических концертах, конкурсах, просмотрах и т.д.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов. Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотра концертных номеров, концертов, исполнения концертных программ.

Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

#### 2. Критерии оценок

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

По итогам исполнения программы на просмотре, концерте, конкурсе выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 5

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая
	техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы в хореографических постановках и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на академическом концерте или конкурсе;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

## V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам Программа по предмету «Подготовка концертных номеров» предлагает примерный репертуар хореографических постановок. Каждое образовательное учреждение имеет танцевальные номера,

составляющие основу репертуара данного учреждения. Отбор танцев из общего репертуара должен проводиться в соответствии с учебной программой образовательного учреждения. Занятия на каждом году обучения строятся по следующей схеме: вводное слово преподавателя; слушание музыки и ее анализ; разучивание элементов танца, поз, переходов и рисунка танца.

Вводное слово преподавателя. Перед разучиванием нового танца преподаватель сообщает о нем некоторые сведения: история возникновения, характерные особенности музыки и хореографии. Если танец построен на элементах народной пляски, необходимо рассказать о характерных чертах данного народа, при разучивании фрагмента из балета – дается информация о времени его создания, о стиле исполнения, характерном для той эпохи.

Слушание музыки и ее анализ. Преподаватель предлагает прослушать музыку к танцу, определить ее характер, темп, музыкальный размер и т.д.

Следующий этап – разучивание элементов танца, танцевальных движений, поз, переходов и рисунка танца. При разучивании движений с детьми хорошие результаты дает метод, при котором ученики повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога, а затем исполняют их самостоятельно. Для разучивания особенно сложных движений может быть применено временное упрощение. Затем движения постепенно усложняются, приближаясь к законченной форме. Когда основные движения, позы, рисунок изучены, необходимо приступить к соединению их в танцевальные комбинации.

Любой танец - классический, народный – эмоционально окрашен. В любом танце утверждаются определенные черты характера, определенные взаимоотношения между исполнителями. Работа над танцевальным образом начинается со слушания музыки и происходит постепенно и неотрывно по отработке движений.

При организации образовательного процесса используются методы: наблюдение, убеждение, стимулирование, создание ситуации успеха для каждого ребенка. Основой для совершенствования движений и воспитания у детей необходимых двигательных навыков является восприятие музыки. Подбор музыкального материала для ведения занятий играет большую роль.

Словесное объяснение преподавателя используется на занятиях и включает в себя основные рабочие и профессиональные термины, точные определения.

Показ движений применяется педагогом для передачи ученикам характера движений. Показ помогает ученикам выразительнее, эмоциональнее и технически правильно исполнить любое движение, упражнение, танцевальные комбинации.

Для изучения или закрепления новых, сложных или трудных движений танца используется прием выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач

и ошибок), показ элементов движений педагогом или детьми, усвоившими разучиваемое движение.

Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намека на унижение личности ребенка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося.

#### **VI.** Список рекомендуемой методической литературы

1. Белозерова В.В. «Традиционная культура Орловского края». Орел, 2005
2. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика». Санкт-Петербург, 2000
2. Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов с нотным приложением». «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ». Санкт-Петербург, 2010
4. Заикин Н.И., Заикина Н.А. «Областные особенности русского народного танца». Часть I, Орел, 1999
5. Заикин Н.И., Заикина Н.А. «Областные особенности русского народного танца». Часть II, Орел, 2004
6. Климов А.А. «Основы русского народного танца». Москва: «Искусство», 1981
7. Ткаченко Т.С. «Народный танец». Москва: «Искусство», 1954
8. Ткаченко Т.С. «Народные танцы». Москва: «Искусство», 1975
9. Устинова Т.А. «Избранные русские народные танцы». Москва: «Искусство», 1996

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОЧЕРСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Примерная программа по учебному предмету  
СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

СРОК ОСВОЕНИЯ 3 ГОДА  
ВОЗРАСТ С 6,6 ДО 18 ЛЕТ

Очер, 2023г.

Принято:  
Педагогическим советом  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
Протокол № 01 от 31.08.2023г.



Утверждаю:  
Директор  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
Г.В. Артемова  
31.08.2023г.

РАЗРАБОТЧИК: Варанкина Полина Максимовна,  
преподаватель хореографических дисциплин  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»

РЕЦЕНЗЕНТ: Никитина Елена Михайловна - заведующий учебной частью  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ», преподаватель высшей категории.

## **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 на реализацию учебного предмета*
- *Цель и задачи учебного предмета*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета*
- *Методы обучения*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

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

- *Годовые требования*

### **III. Требования к уровню подготовки учащихся**

### **IV. Методическое обеспечение учебного процесса**

- *Методические рекомендации преподавателям*
- *Словарь терминов*

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

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Хореографическое искусство - одно из универсальных средств всестороннего развития личности. Его специфика определяется многогранным воздействием на человека, так как хореография является синтетическим искусством и объединяет музыку, движение и театр.

Совершенствуя тело человека, влияя на становление эмоциональной сферы, воспитывая через музыку духовно, хореография способствует раскрытию творческого и познавательного потенциала, дает импульс к самосовершенствованию, постоянному личностному росту.

Хореографическое искусство отражает и преобразует современные тенденции в мировой танцевальной культуре. Современный танец – одно из новых направлений хореографии, продолжающее переживать в наше время период становления и развития. В России современный танец появился сравнительно недавно, как синтез американской и африканской культуры, его популярность растет, а формы его освоения - обновляются и расширяются.

Художественная особенность джазового танца – это полная свобода движений танцора при его крайней эмоциональной напряженности, предельной «самоотдаче», это новый язык движения. Причем «эмоции в большей степени зависят не от идеи или сюжета, а от телесных ощущений танцовщика», от восприятия музыки и ритмов.

Учебный предмет «Современный танец» вызывает активный интерес у детей и родителей, направлен на воспитание интереса и любви к танцу и



искусству в целом, на овладение основами исполнения современного танца, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребенка и раскрытие его творческих способностей, а также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и двигательной выразительности.

Учебный предмет «Современный танец» ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области современной хореографии. Освоение содержания предмета «Современный танец» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности.

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Программа разработана с учетом здоровья сберегающих факторов. Основа обучения хореографии – хореографический экзерсис – способствует не только сохранению и укреплению здоровья, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др.

## ***2. Срок реализации учебного предмета***

Срок реализации учебного предмета – 3 года.

Программа предназначена для детей от 6,6 до 18 лет, имеющих начальную хореографическую подготовку, полученную в подготовительных группах детских школ искусств.

### ***3. Объем учебного времени и форма проведения занятий, предусмотренные на реализацию учебного предмета***

Максимальная учебная нагрузка по предмету «Современный танец» составляет 1 час в неделю.

Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 11 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут. Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 35 недели. Общий объем аудиторной нагрузки за весь период обучения составляет 105 часов..

### ***4. Цель и задачи учебного предмета «Современный танец»***

#### **Цель:**

Целью учебного предмета «Современный танец» является раскрытие творческих способностей детей, создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации посредством обучения джазовому танцу.

#### **Задачи учебного предмета:**

##### *1) Обучающие задачи:*

- дать представление о технике джазового танца;
- научить:
  - необходимым двигательным умениям и навыкам в области джазового танца;
  - качественно и осознанно выполнять требования педагога;
  - самостоятельно работать над ошибками.

##### *2) Воспитательные задачи:*

- воспитать:
  - стремление к здоровому образу жизни;
  - чувство ответственности и дисциплину;
  - самостоятельность, целеустремленность, инициативность;

- терпение и силу воли для достижения результатов;
- осознанное отношение к ценностям культуры;
- художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;

- сформировать дружный коллектив и способствовать возникновению уважительных отношений между учащимися.

### *3) Развивающие задачи:*

– развивать физические качества и специальные навыки:

- координацию,
- ловкость,
- силу,
- выносливость,
- гибкость,
- шаг,
- прыжок,
- ось вращения;

– развивать личностные качества:

- аналитическое и пространственное мышление;
- образное мышление;
- музыкальные способности;
- зрительную память и специфические виды памяти: моторную, слуховую и образную;
- эмоциональную выразительность;
- коммуникативные качества;
- общий уровень культуры;

- укреплять здоровье, формировать мышечный корсет и осанку;

- расширять танцевальный кругозор путем посещения концертов хореографических коллективов, участия в конкурсах и фестивалях хореографического искусства.

## **5. Обоснование структуры программы**

Программа учебного предмета «Джазовый танец» содержит:

- 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 учащихся;
- методическое обеспечение учебного процесса.

## **6. Методы обучения**

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- ✓ метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- ✓ методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- ✓ методы передачи учебной информации посредством практических действий. Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов;
- ✓ проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией;

✓ методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося;

✓ методы контроля обучения (опросы, контрольные уроки, зачеты и экзамены и т.д.).

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

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

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

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

## **II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### Годовые требования

Содержание программы по джазовому танцу включает в себя комплекс движений у станка и на середине зала, распределенных в развитии, – от простого к сложному. Обучение по данной программе позволяет осваивать материал поэтапно и последовательно, присоединяя новые технические приемы к уже освоенным ранее движениям, постепенно их усложняя. Преподаватель имеет возможность творчески подойти к формированию годовых требований, исходя из психологических, физических и эмоциональных особенностей учащихся на конкретный период времени.

Возможно изучение движений по следующему алгоритму:

а) знакомство с правилами выполнения движения, его физиологическими особенностями;

б) изучение движения путем его повторения;

в) работа над движением в комбинации.

Урок включает в себя основные разделы: экзерсис у станка, экзерсис на середине зала и кросс.

### **Первый год обучения**

#### **Экзерсис на середине зала:**

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
2. Техника изоляции.
3. Ролл даун, ролл ап
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Stretch.

9. Contraction / release.

10. Элементы хип-хоп

### **Кросс:**

1. Шаги:

- pas de bourre,

- pas chasse.

2. Прыжки:

- jump по I, II параллельным и out позициям,

- hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции,

- трамплинные прыжки.

3. Маховые элементы.

### **Второй год обучения**

#### **Экзерсис на середине зала:**

1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).

2. Swing.

3. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.

4. Battement tendu:

- на plie,

- перевод рук из позиции в позицию во время движения.

5. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.

6. Relevé lent на 90° во всех направлениях по I параллельной и out позиции

7. Элементы хип-хоп

8. Партер

### **Кросс:**

#### 1. Шаги:

- grand battements вперед на 90°,

- pas de bourre en tournent.

#### 2. Прыжки:

- jump: во время взлета arch торса,

- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.

#### 3. Вращения:

-chaînés,

-preparation к пируэтам.

## **Третий год обучения**

### **Экзерсис у станка:**

1. Grand battements на 90° во всех направлениях боком к станку.

2. Перегибы корпуса.

### **Экзерсис на середине зала:**

1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.

2. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

3. Элементы в партере.

4. Перевороты через плечо

5. Хип-хоп

6. Партер

### **Кросс:**

#### 1. Шаги:

-маховые элементы

#### 2. Вращения:

-chaînés на plie, на полной стопе,

-пируэт en dehors, en dedans.



### **III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

По окончании обучения джазовому танцу по данной программе, учащиеся должны:

#### знать:

- ✓ специальную терминологию джазового танца в рамках предложенной программы,
- ✓ принципы освоения танцевального движения,
- ✓ особенности постановки корпуса, рук, ног и головы,
- ✓ основные элементы и движения джазового танца.

#### уметь:

- ✓ двигаться в технике джазового танца,
- ✓ исполнять основные элементы и движения джаз-танца,
- ✓ ориентироваться на сценической площадке,
- ✓ работать самостоятельно и в коллективе.

#### У учащихся сформированы:

- ✓ хорошая хореографическая форма,
- ✓ развитая мускулатура (мышечная сила и выносливость),
- ✓ навыки сценических выступлений,
- ✓ готовность дальнейшему саморазвитию,
- ✓ чувство ответственности, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, сила воли для достижения результатов,
- ✓ художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству.

### **IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

#### ***1. Методические рекомендации преподавателям***

#### Особенности образовательного процесса по этапам обучения

*Первый класс* имеет определяющее значение в процессе обучения джазовому танцу, поскольку именно на первом году обучения закладывается та основа, которая является базой для всей последующей учебно-воспитательной и образовательной деятельности. Это касается как учебных навыков, так и формирования интереса детей к занятиям, их мотивации. Для педагога крайне важно увлечь учащихся, создать в классе особую творческую атмосферу сотрудничества и взаимоподдержки, а также создать условия для творческой активности каждого учащегося.

При построении урока преподавателю следует учитывать степень психофизического развития детей, а также опираться на общий уровень хореографической подготовки класса, группы в целом. Задача каждого урока должна быть по силам учащимся, иначе у детей быстро снижается интерес к занятиям. Также следует учитывать и рационально дозировать физическую нагрузку, избегая перенапряжения детей. Важно помнить, что положительные ожидания от каждого учащегося дают огромный развивающий эффект.

Учитывая возрастные особенности учащихся первого класса, в построении урока следует избегать монотонности, чередовать различные по характеру движения, периодически включать развивающие игры, творческие задания и импровизацию.

**Основная задача преподавателя на данном этапе (первый класс):**

- научить детей качественно, «чисто» и грамотно выполнять основные позиции, движения и положения джазового танца;
- развить у учащихся элементарные навыки координации, ощущения себя и своих мышц в пространстве.
- направить решение локальных учебных задач на развитие силы и выносливости, музыкальности и артистичности.

На втором году обучения продолжается работа над качеством и чистотой исполнения пройденного в 1 классе материала. Идет дальнейшее развитие выносливости и силы мышц за счет выполнения упражнений в более быстром темпе и увеличения общего количества повторов. Движения и положения

сочетаются в небольшие комбинации с простым ритмическим рисунком, упражнения исполняются в сочетании с позициями рук. Вводятся новые элементы, усложняется координация.

**Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (второй класс):**

-целенаправленное обучение детей грамотному исполнению движений джазового танца,

- ритмически точному и четкому, с фиксацией;
- дальнейшее развитие координации и артистизма.

*Третий год* завершает обучение основам современный танец танца и суммирует приобретенные учащимися за несколько лет знания и навыки.

На третьем году обучения усложняется координация рук в сочетании с различными движениями, смена позиций рук происходит не только между движениями, но и во время движения. Упражнения объединяются в комбинации, ускоряется общий темп исполнения движений и усложняется ритмический рисунок. Продолжается работа над развитием силы и выносливости, а также работа над чистотой исполнения движений при более быстром темпе урока. Следует уделить внимание выработке устойчивости и правильности формы при выполнении вращений.

Важно рекомендовать ученикам разогревать мышцы и связки ног до начала урока, это дает возможность вести работу более эффективно. Движения должны так сочетаться в комбинации, чтобы можно было закрепить пройденный в предыдущих классах материал, дать возможность учащимся грамотно исполнить движения и контролировать свое исполнение.

**Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (третий класс):**

- уделить наибольшее внимание развитию координации учащихся, а также развитию творческих навыков,
- навыков музыкальности и танцевальности учащихся.

## 2. Словарь терминов

**Arabesque** – рабочая нога открывается назад на любую высоту.

**Arch** – легкий прогиб торса назад.

**Attitude** – рабочая нога поднята на любую высоту и немного согнута в колене.

**Battement developpe** – открытие рабочей ноги через passe.

**Battement releve lent** – подъем рабочей ноги, не сгибая колено.

**Battement tendu** – рабочая нога открывается вперед, в сторону или назад носком в пол.

**Battement tendu jete** – рабочая нога активно открывается вперед, в сторону или назад на 45°.

**Body roll** – волна корпусом.

**Chaînes** – вращение на двух ногах с передвижением.

**Contraction** – сжатие диафрагмы.

**Deep body bend** – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником.

**Demi plie** – полуприседание, пятки не отрываются от пола.

**Flat back** – «ровная спина», наклон на 90°, голова и руки продолжают линию спины.

**Flex** – сокращенная стопа, кисть или колени.

**Fouette** – поворот тела танцовщика к зафиксированной в определенном положении ноге.

**Grand battement** – бросок ноги на 90° в любом направлении.

**Hop** – прыжок с одной ноги на ту же ногу.

**Jump** – прыжок с двух ног на две.

**Lay out** – в положении flat back нога поднята на 90°.

**Leap** – прыжок с одной ноги на другую.

**Pas de bourre** – чередование трех переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi plie.

**Passe** – рабочая нога стопой касается колена опорной ноги.

**Point** – вытянутое положение стопы.

**Preparation** – подготовительное движение.

**Press-position** – согнутые в локтях руки касаются бедер.

**Release** – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

**Releve** – подъем на полупальцы.

**Roll down** – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника.

**Roll up** – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку.

**Rond de jambe par terre** – круг ногой по полу.

**Side stretch** – боковое растягивание корпуса.

**Side walk** – продвижение боком.

**Stretch** – вытягивание, растяжка.

**Twist** – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч.

## **V. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004
3. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000
4. Двигательная деятельность как фактор воспитания физической культуры ребенка/В.Я.Лыкова //Дополнительное образование и воспитание.- 2003.-№11. - С. 49-52
5. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб, Амфора, 2000
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
7. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000
9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
10. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998
12. Суриц Е.Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2004
13. Чельшева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКИПРО, 2004

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Очерская детская школа искусств»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Примерная программа по учебному предмету

«ТАНЕЦ»

СРОК ОСВОЕНИЯ 3 ГОДА  
ВОЗРАСТ С 6,6 ДО 18 ЛЕТ

Очер, 2023г.

Принято:  
Педагогическим советом  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
Протокол № 01 от 31.08.2023г.

Утверждаю:  
Директор  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»  
  
Г.В. Артемова  
31.08.2023г.



РАЗРАБОТЧИК: Варанкина Полина Максимовна,  
преподаватель хореографических дисциплин  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»

РЕЦЕНЗЕНТ: Никитина Елена Михайловна - заведующий учебной частью  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ», преподаватель высшей категории.



## 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;
- Список музыкального материала по выбору педагога.

### **VI.** Список рекомендуемой методической литературы.

## I. Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Танец», основанная на движениях под музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Танец способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение, способствует более глубокому эмоционально-осознанному восприятию музыки, большей тонкости слышания и различения отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Танец исполняется чаще всего всем коллективом и требует четкого взаимодействия всех участников, повышает дисциплину, чувства ответственности и товарищества.

Изучение предмета «Танец» тесно связано с изучением предметов «Народно - сценический танец», «Классический танец».

2. Срок реализации учебного предмета «Танец»

Срок реализации данной программы составляет 3 года - по 2 часа в неделю.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета, - 288 аудиторных часов.

Таблица 1

Классы/количество часов	1-3 год обучения		
	Количество часов (общее на 3 года)		
Максимальная нагрузка (в часах)	288		
Количество часов на аудиторную нагрузку	288		
Год обучения	1	2	3
Недельная аудиторная нагрузка	2	2	2

### 3. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Мелкогрупповая от 4 до 10 человек или групповая (от 11 человек).

Продолжительность урока - 45 минут, перемена 5 минут.

### 4. Цель и задачи учебного предмета «Танец»

Целью учебного предмета «Танец» является: формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем, а также развитие творческих способностей детей.

Задачи учебного предмета «Танец»:

- развитие мышечной выразительности тела, формирование фигуры и осанки, укрепление здоровья;
- формирование выразительных движенческих навыков, умения легко и координировано танцевать, ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- развитие общей музыкальности;
- коррекция эмоционально-психического состояния;
- формирование конструктивного межличностного общения; коммуникативной культуры;

- формирование личностных качеств: силы, выносливости, смелости, воли, ловкости, трудолюбия, упорства и целеустремленности;
- развитие творческих способностей детей;
- формирование активного познания окружающего мира - развитие познавательных процессов;
- воспитание интереса к национальной танцевальной культуре, а также толерантного отношения к танцевальной культуре других народов.

#### 5. Обоснование структуры 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:

- наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный);
- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

#### 8. Описание материально-технических условий реализации предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для проведения занятий необходимо иметь балетные залы площадью не менее 40 кв.м. (на 11-15 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.

При изучении предмета «Танец» классы оснащаются пианино/роялями, звукотехническим оборудованием, учебной мебелью (столами, стульями, шкафами) и оформляются наглядными пособиями.

## II. Содержание учебного предмета

Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета, на максимальную нагрузку обучающихся на аудиторных занятиях:

Таблица 2

Классы	1	2	3
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	96	96	96
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	288		
Максимальная учебная нагрузка в часах	288		

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области искусств распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

Учебный материал распределяется по годам обучения - классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи, объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

## 2. Требования по годам обучения

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании в детских школах искусств. Преподаватель сам выбирает предмет для изучения.

### **Первый год обучения «Классический танец»**

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

#### **Экзерсис у станка**

1. Позиции ног: I, II.
2. Demi-plies по I, II позициям.
3. Battements tendu из I позиции во всех направлениях:  
- с demi-plies.
4. Passe par terre:  
- с demi-plie по I позиции,  
- с окончанием в demi-plie.
5. Battements tendu jete из I позиции во всех направлениях.
6. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях лицом к станку;
7. Releves по I, II позициям:  
- с вытянутых ног,  
- с demi plie.

#### **Экзерсис на середине зала**

1. I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
2. Demi plie по I, II позициям.
3. Battements tendu из I позиции во всех направлениях;  
- с demi plie.
4. Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции.

5. Releves по I, II позициям:

- с вытянутых ног;

- с demi plie.

### **Allegro**

1. Temps leve saute по I, II позициям;

2. Шаг польки.

3. Трамплинные прыжки.

### **«Народно-сценический танец»**

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

#### **Экзерсис у станка:**

I. Preparation к началу движения.

II. Переводы ног из позиции в позицию.

III. Demi plies (полуприседания)

IV. Battements tendus (выведение ноги на носок).

V. Battements tendus jetes (маленькие броски).

VI. Подготовка к маленькому каблучному.

IX. Подготовка к «верёвочке» (1 полугодие)

- «верёвочка» (2 полугодие)

X. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).

XI. Grands battements jetes (большие броски).

XII. Releve (подъем на полупальцы).

XIII. Подготовка к «молоточкам».

XIV. Подготовка к «моталочке».

XV. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.

XVI. Прыжки с поджатыми ногами.

#### **Экзерсис на середине зала**

1. Русский поклон:

а) простой поясной на месте

б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении

## 2. Основные положения и движения рук:

а) ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),

б) переводы рук из одного основного положения в другое:

- из подготовительного положения в первое основное,

- из первого основного положения в третье,

- из первого основного во второе,

- из третьего положения в четвертое (женское),

- из третьего положения в первое,

- из подготовительного положения в четвертое.

## 3. Положения рук в парах:

а) держась за одну руку

б) за две

в) под руку

г) «воротца»

## 4. Положения рук в круге:

а) держась за руки

б) «звёздочка»

## 5. Русские ходы и элементы русского танца:

- простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,

- переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу

- переменный ход с plie на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

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

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

- комбинации из основных шагов.

## 4. «Припадание»:



- по 1 прямой позиции вокруг себя

5. Подготовка к «веревочке»:

- без полупальцев, без проскальзывания
- с полупальцами, с проскальзыванием
- «косичка» (в медленном темпе).

6. Подготовка к «молоточкам»:

- по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади
- без задержки

7. Подготовка к «моталочке»:

- по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади, впереди
- «моталочка» в «чистом» виде

8. «Гармошечка»:

- начальная раскладка с паузами в каждом положении
- исполнение в «чистом» виде

9. «Ковырялочка»:

- простая, в пол
- простая, с броском ноги на  $45^0$  и небольшим отскоком на опорной ноге

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)
- «трилистник» с двойным и тройным притопом

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)
- «мячик» по 1 прямой и 1 позициям — 2 полугодие
- присядки на двух ногах
- присядки с выносом ноги на каблук

### **Подготовка к вращениям на середине зала**

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблочки,
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45°,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы Белорусские танцы*

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;
- воспринимать танцевальную музыку;
- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- уметь танцевать в ансамбле;
- оценивать выразительность исполнения.

В конце учебного года проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

## **Второй год обучения** **«Классический танец»**

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

### **Экзерсис у станка**

1. Постановка корпуса по V позиции ног.
2. Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).
3. Demi plie по I, II, V позициям.
4. Grand plie по I, II позиции.
5. Battements tendu из V позиции:
  - battements tendu pour le pied в сторону.
6. Battement tendu jete из V позиции во всех направлениях:
  - battements tendus jete с pique.
7. Положение ноги sur le cou de pied:
  - «условное» спереди, сзади,
  - «обхватное».
8. Battements frappes боком к станку, носком в пол во всех направлениях.
10. Battements fondu носком в пол во всех направлениях лицом к станку.
11. Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
12. Demi rond de jambe par terre;
13. Battements releves lent на 90<sup>0</sup> во всех направлениях лицом к станку;
14. Понятие retire .
15. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях;
16. Releves по I, II, V позициям.
17. Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях:
  - в сторону, вперед, назад.

### **Экзерсис на середине зала**

1. Demi plie по I, II, V позициям.
3. Battements tendu из V позиции:
  - battements tendus pour le pied в сторону;
4. Battement tendu jete из V позиции во всех направлениях:
  - battements tendus jete с pique.
5. Battements frappe носком в пол во всех направлениях.
6. Battements fondu носком в пол во всех направлениях.
7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
8. Demi rond de jambe par terre;
9. Battements releve lent на 90° во всех направлениях.
10. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях.
11. Releves по I, II, V позициям.
12. Понятие epaulement (croisee, efface) позы.
13. Pas balance.
14. II Форма port de bras.
15. Понятие arabesque:
  - изучение I, II, III arabesque.

### **Allegro**

1. Temps leve saute по I, II, V позициям.
2. Petit changement de pied.
3. Pas echarpe в первой раскладке.

### **«Народно-сценический танец»**

#### **Экзерсис у станка**

- I. Demi-plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение стопой по полу).
- III. Battements tendus jetes (маленькие броски).
- IV. Pas tortille (развороты стоп).

V. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).

VI. Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).

VII. Маленькое каблучное.

VIII. «Веревочка».

IX. Подготовка к battements fondus.

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

XI. Дробные выстукивания.

XII. Grand battements jetes (большие броски).

XIII. Releve-plies (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).

XIV. Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plie, с полурастяжками и растяжками.

#### **Для мальчиков:**

а) подготовка к присядкам,

б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону,

в) мячик боком к станку,

г) с выведением ноги вперед.

д) с выносом ноги на воздух на  $45^0$  и на  $90^0$ .

#### **Экзерсис на середине зала**

1. Русский поклон:

а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);

б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

2. Движение рук:

- Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дробь.

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

### 3. Положения рук в парах:

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

так же за локоть.

### 4. Положение рук в рисунках танца:

- в тройках
- в «цепочках»
- в линиях и в колоннах
- «воротца»
- «прочесы»

### 5. Виды русских ходов и поворотов:

- простой переменный ход на полупальцах
- тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена
- шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом)
- шаг-удар с небольшим приседанием одновременно
- шаг-мазок каблучком через 1 прямую позиции
- «бегущий» тройной ход на полупальцах
- простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад
- бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции
- повороты с «ковырялочкой»,
- повороты с «молоточками»,
- повороты приемом «каблучки», «поджатые»,
- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

На основе пройденных движений составляются комбинации с использованием изученных ходов с различными ритмическими акцентами

6. Припадания:

- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали,

7. «Веревочка»:

- а) простая «веревочка»
- б) двойная «веревочка»
- в) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук

8. «Молоточки» в сочитании с движениями рук

9. «Моталочка» простая в повороте по четвертям круга, на  $90^0$  с использованием бросков ноги приемом *jete* с вытянутым и сокращенным подъемом,

10. «Гармошка» с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко

11.«Ковырялочка»:

- с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук,
- то же самое с переступаниями на опорной ноге.

12. Дробные движения:

- двойные притопы
- тройные притопы
- 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)
- «трилистник» с притопом
- двойная дробь с притопом
- «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный
- «ключ» простой.

13. Полуприсядки:

- простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову,
- с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук,
- с выносом ноги на 45<sup>0</sup>,
- с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену,
- с выходом на каблуки в широкую вторую позицию,
- с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону,
- с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад, с поворотом корпуса.

Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы Татарские танцы*

В конце учебного года проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

### **По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- грамотно, музыкально выразительно исполнять программные движения (умение свободно координировать движения рук, ног, головы, корпуса);
- владеть сценической площадкой;
- анализировать исполнение движений;
- знать об исполнительских средствах выразительности танца (выразительности рук, лица, позы);
- определять по звучанию музыки характер танца;
- термины и методику изученных программных движений;
- уметь грамотно пользоваться методикой при выполнении движений.



## Третий год обучения

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

### Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса по IV позиции.
2. Demi plie, grand plie.
3. Battements tendu:
  - double battements tendu;
  - в позах (croisee, efface, ecarte).
4. Battements tendus jete:
  - balançoire;
  - в позах (croisee, efface, ecarte).
5. Rond de jambe par terre:
  - на demi pliest en dehors, en dedans.
6. Battement fondu во всех направлениях.
7. Battement soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
8. Battement double frappe в сторону носком в пол на всей стопе.
9. Battement releves lent на 90° в позах.
10. Battement developpe во всех направлениях - лицом к станку(1 полугодие)
  - боком к станку (2 полугодие)
11. Grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).
12. III форма port de bras как заключение комбинаций.

### Экзерсис на середине зала

1. Battement tendus во всех направлениях в малых позах в сочетании с pour le pied.
2. Battement tendu jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с rique.
3. Battement fondu во всех направлениях.
4. Battement frappe во всех направлениях.
5. Battetnent releve lent на 90° во всех направлениях в сочетаниях с passe.

6. Battent developpe во всех направлениях.
7. Grand battements jete во всех направлениях.
8. Temps lie par terre en dehors et en dedans.

### **Allegro**

1. Pas echarpe.
2. Pas assemble в сторону.
3. Sissonne simple en face.
4. Pas jete en face.
5. Pas chasse вперед.
6. Sissone ferme в сторону.

### **«Народно-сценический танец»**

#### **Экзерсис у станка**

- I. Demi plies и grand plies (полуприседания и полные приседания).
- II. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
- III. Battemets tendus jetes (маленькие броски).
- IV. Pas tortille (повороты «стоп», одинарные и двойные).
- V. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
- VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
- VII. Маленькое каблучное.
- VIII. Большое каблучное.
- IX. Battemets fondus (мягкий, тающий).
- X. Developpe, releve lent (вынимание и подъем ноги).
- XI. «Веревочка».
- XII. Дробные выстукивания.
- XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).
- XIV. Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
- XV. Подготовка к «сбивке», «сбивка».
- XVI. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на 30<sup>0</sup>, на 90<sup>0</sup> —  
второе полугодие.

## Экзерсис на середине зала

1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.

2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: входы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дроби.

Усложняются манипуляции с платочком:

— платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения,

— полуокружности перед собой вправо и влево,

— взмахи на вращениях из первой в третью позицию,

— используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой,

из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали,

— движения с шалью и платком обыгрываются в 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 сокращенным подъемом, с plie и на plie,

— боковой приставной на plie с выведением через подмену ноги на  $45^0$  и  $90^0$  в сторону,

— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,

— переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,

— ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах,

б) акцентированные, под себя в plie,

в) с выносом на каблук вперед,

- боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,
- боковые припадания с поворотами,
- припадания по линии круга с работой рук,
- бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом,
- повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,
- тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),
- повороты с «ковырялочкой»,
- повороты с «молоточками»,
- повороты приемом «каблучки», «поджатые»,
- повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

#### 4. «Веревочки»:

- простая в повороте,
- двойная в повороте,

#### 5. «Ковырялочки»:

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

#### 6. «Моталочки»:

- простая,
- простая в повороте по четвертям круга, на  $90^0$  с использованием бросков ноги приемом *jetes* с вытянутым и сокращенным подъемом,
- с перекрестным отходом назад или в позу,
- в трюковых диагональных вращениях.

#### 7. «Гармошечки»:

- простая на вытянутых ногах и на *demi plie*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко,
- в повороте, в диагональном рисунке с руками,
- в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление,

#### 8. Припадания:

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

#### 9. Перескоки и «подбивки»:

- перескоки в повороте,
- перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте),
- поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,

#### 10. Дробные выстукивания:

- двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,
- соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,

а) неоднократные удары,

б) с притопом и сменой левой и правой ног,

- двойная дробь
- двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,
- «ключ» с использованием двойной дроби.

#### 11. Присядки:

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

## 12. Прыжки:

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

### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы Белорусские танцы Молдавские танцы*

*Дополнительно по желанию преподавателя можно включить финские и карельские народные танцы.*

### **По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки русского, украинского, молдавского танцев;
- усвоение и дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно пользоваться деталями костюма

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии - итоговый экзамен (зачет).

### **Требования к итоговому экзамену (зачету)**

По окончании третьего года (всего курса) обучения учащиеся должны знать и уметь:

- грамотно и выразительно исполнять программные движения и элементарные комбинации;
- сочетать пройденные упражнения в несложные комбинации;

- анализировать выполнение заданной комбинации;
- анализировать и исправлять допущенные ошибки;
- воспринимать разнообразие музыкально-ритмических рисунков;
- анализировать исполнение движений;
- знать о танцевальных средствах выразительности;
- знать термины изученных движений;
- знать методику изученных программных движений.

### График промежуточной аттестации

#### Требования к контрольным урокам и зачетам

За время обучения учащиеся должны приобрести ряд практических навыков:

уметь выполнять комплексы упражнений с учетом индивидуальных особенностей организма;

уметь сознательно управлять своим телом;

владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма;

уметь координировать движения;

владеть, в достаточной степени, изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

#### III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

знание основных элементов классического, народного танцев; знание о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;

умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы; умение ориентироваться на сценической площадке;

умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;  
владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;

навыки перестраивания из одной фигуры в другую; владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;

навыки комбинирования движений;

навыки ансамблевого исполнения, сценической практики. А

также:

умение воспроизводить метроритмический узор народной музыки средствами народно-сценического танца и элементарных хореографических средств;

навык освоения пространства репетиционного и сценического зала, линейное, круговое построение, основные фигуры-рисунки танца, положения в парах и в массовых коллективных номерах;

умение определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;

умение использовать сюжетные и драматургические элементы в инсценировках песен, хороводов;

навыки использования самостоятельности, силы воли, развивать их; осознавать значение результатов своего творческого поиска;

#### IV. Формы и методы контроля, система оценок

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

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

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

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



Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

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

## *2. Критерии оценок*

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

Критерии оценки качества исполнения

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

**Таблица 5**

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков
4 («хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в

	сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области музыкального искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

- *Методическое обеспечение учебного процесса*  
Методические рекомендации педагогическим работникам

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

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

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

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

Урок по дисциплине танец строится по выбору преподавателя

Преподавание дисциплины «Танец» заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

## **VII. Список рекомендуемой учебной литературы**

### **Классический танец**

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - СПб: «Планета музыки», 2010
2. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - СПб: «Люкси» и «Респекс», 1996

4. Блок Л.Д. «Классический танец» - М.: «Искусство», 1987
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - СПб: «Лань», 2007
6. Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М., 1993
7. Волынский А. «Книга ликований. Азбука классического танца» - Л.: «АРТ», 1992
8. Головкина С.Н. «Уроки классического танца в старших классах» - М., Искусство, 1989
9. Громов Ю.И. «Основы подготовки специалистов-хореографов» / учебное пособие. СПб: Типография Наука, 2006
10. Звездочкин В.А. «Классический танец». СПб: «Планета музыки», 2011
11. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
12. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» - Л.: Искусство, 1981
13. Костровицкая В.С., Писарев А. «Школа классического танца» - Л.: Искусство, 1986
14. Красовская В.М. История русского балета. - Л., 1978
15. Красовская В.М. Агриппина Яковлевна Ваганова. - Л.: "Искусство", 1989
16. Красовская В.М. Павлова. Нижинский. Ваганова. Три балетные повести. - М.: "Аграф", 1999
17. Мессерер А. «Уроки классического танца» - М.: «Искусство», 1967
18. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010
19. Русский балет: энциклопедия. М: Согласие , 1997
20. Тарасов Н. «Классический танец». М.: Искусство, 1981
21. Тарасов Н.И. «Классический танец. Школа мужского исполнительства». М.: Искусство, 1987
22. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
23. Ярмолович Л. «Классический танец». Л.: «Музыка», 1986

## Народно-сценический танец

### Основная литература

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. - Орел, «Труд», 1999, 1 том; 2 том - Орел, 2004
3. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. - М., 1976
4. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981
5. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
6. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974

### Дополнительная литература

1. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002
2. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. - Самара: СГУ, 1992
4. Гербек, Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
5. Корлева З. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
6. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. - Кишинев, 1967
7. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
8. Мальми В. Народные танцы Карелии. - Петрозаводск, 1977
9. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
10. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
11. Уральская В. Поиски и решения. - М.: Искусство, 1974 12  
Хворост И. Белорусские народные танцы. - Минск, 1976 13.  
Чурко Ю. Белорусский народный танец. - Минск, 1970