

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ВОЛОСОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ИМ Н.К. РЕРИХА»



Дополнительная общеразвивающая программа
в области искусства
«Хореография»

Программа по учебному предмету

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

г. Волосово
2025

Структура программы учебного предмета

- 1 Пояснительная записка**
 - 1.1 *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
 - 1.2 *Срок реализации учебного предмета*
 - 1.3 *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета*
 - 1.4 *Форма проведения учебных аудиторных занятий*
 - 1.5 *Цели и задачи учебного предмета*
 - 1.6 *Обоснование структуры программы учебного предмета*
 - 1.7 *Методы обучения*
 - 1.8 *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*
- 2 Содержание учебного предмета**
 - 2.1 *Сведения о затратах учебного времени*
 - 2.2 *Учебно-тематическое планирование*
 - 2.3 *Содержание учебного курса*
 - 2.4 *Годовые требования*
- 3 Требования к уровню подготовки обучающихся**
- 4 Формы и методы контроля, система оценок**
 - 4.1 *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
 - 4.2 *Критерии оценки*
- 5 Методическое обеспечение учебного процесса**
 - 5.1 *Методические рекомендации педагогическим работникам;*
 - 5.2 *Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся*
- 6 Список рекомендуемой литературы**

Пояснительная записка

1.1 Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной общеобразовательной программе в области искусства «Хореография».

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.

В соответствии с учебными планами программы «Хореография» предмет «Народно-сценический танец» изучается 1 год.

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

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

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

1.2 Срок реализации учебного предмета, возраст обучающихся

Срок освоения предмета «Народно-сценический танец» 1 год. Возраст обучающихся 14-17 лет.

1.3 Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета

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

Срок обучения	1 год
Максимальная учебная нагрузка (в часах)	34
Количество часов на аудиторные занятия	34
Количество часов на внеаудиторную (самостоятельную) работу	-

1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий – мелкогрупповые занятия (от 4 до 10 человек в группе). Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного подхода.

Содержанием урока является теоретический и практический материал. Обучение проходит в виде урока народно-сценического танца: разминка по кругу, экзерсис у станка, танцевальные комбинации на середине зала, дроби, присядки, вращения по диагонали и на середине зала, беседы.

Номера, построенные на основе народно-сценического танца и входящие в программу концертных выступлений, не должны превышать возможностей учащихся и программы соответствующих классов. Занятия проводятся групповые, возможно деление на группы (солисты, дуэты, массовка), в зависимости от учебного процесса.

1.5 Цель и задачи учебного предмета «Народно-сценический танец»

Цель: Основной целью курса обучения является освоение основных принципов исполнения народного танца через четко выработанную систему движений, наполненных характерными особенностями различных народов.

Задачи: приобщает к достижениям культуры разных народов;

- развивает виртуозность исполнения;
- способствует эмоциональному раскрепощению танцевальной практики.
- формирование чувства прекрасного;
- формирование чувства красоты движения, мелодии.
- чувствовать национальный колорит и характер исполнения;

1.6 Обоснование структуры учебного предмета «Народно-сценический танец»

Обоснованием структуры программы являются требования, 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".

1.7 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 общеразвивающей программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

1.8 Описание материально-технических условий реализации учебного предмета «Народно-сценический танец»

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

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

- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано, баяна) в балетном классе;

- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал);

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

- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

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

Содержание учебного предмета

2.1 Сведения о затратах учебного времени

Предусмотрено на освоение учебного предмета «Народно-сценический танец», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия: срок освоения 1 год.

2.2 Учебно - тематическое планирование

Учебно-тематический план содержит примерное распределение учебного материала в течение всего срока обучения. Преподаватель может самостоятельно спланировать порядок изучения тем исходя из особенностей каждой учебной группы, собственного опыта и сложившихся педагогических традиций.

№ темы	Наименование темы	Количество часов	
		Аудит. Занятия	Самост. работа
1 Класс I полугодие			
1	Теория дисциплины	1	-
2	Экзерсис у станка	6	-
3	Экзерсис на середине зала	9	-
Итого часов за I полугодие		16	-
1 Класс II полугодие			
4	Экзерсис у станка	7	-
5	Экзерсис на середине зала	9	-
Итого часов за II полугодие		18	-
Всего часов		34	-

Содержание учебного предмета

1 класс I полугодие (16 часов)

Тема 1: Теория дисциплины

Методические указания:

Народно-сценический танец - это один из видов хореографического искусства. Он возник на основе народного танца, который является фундаментом, базой, истоком и от его начала возникли: классический танец, народно-сценический танец, современный танец и т.д.

Танец возник еще до появления людей, одновременно с происхождением первоначал "Хоровод звезд" - проявление первородной пляски. У животных и птиц тоже есть пляски (свадебные пляски, пляски победы).

Танец, пляска - это работа высших центров мозга, работа души. Она раскрывает нравы и страсти людские посредством телодвижения.

Первотанцующими были первобытные люди. Их танцы были очень чувственными, эмоциональными. Они изображали силы природы - это были танцы экстаза. По мере расселения людей по земле появились этнические группы, т.е. народности. В основном это были культовые танцы, но и они отличались друг от друга в зависимости от; места жительства, условий и образа жизни, поклонения разным богам и т.д. Таким образом, стали формироваться первые признаки в народности танцев.

Тема 2: Экзерсис у станка

Методические указания:

Постановка корпуса. Первым требованием при изучении элементов экзерсиса у палки является правильная постановка корпуса без наклона вперед или прогиба в спине назад, со

спокойно, естественно опущенными плечами, подтянутым животом и свободно не напряженно, держащейся головой.

Позиции ног. В народно – сценическом танце применяются те же позиции ног, что и в классическом танце. Однако эти позиции выполняются несколько иначе, а именно менее выворотной, чем в классике.

- открытые (выворотные)
- прямые
- свободные
- закрытые.

Позиции рук. - 1-я,2-я,3-я позиции аналогичны 1-й,2-й,3-й позициям классического танца;

- подготовительное положение (обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу;
- комбинированные положения (одна рука находится в одной из основных позиций, другая в другой позиции).

Подготовка к движению (preparation) Все упражнения на уроках народно-сценического танца начинают обычно с различных подготовок, они вводят исполнителей в ритм и характер музыки, дают исходное положение, с которого начинается упражнение, направляют внимание на само упражнение.

1. Demi-plies и grand-plies (полуприседания и полные приседания)

- плавное
- резкое (с акцентом вниз и вверх)

2. Battement tendu (упражнение на развитие подвижности стопы)

- с переводом работающей ноги с носка на каблук
- с demi-plies на опорной ноге

Тема 3: Экзерсис на середине зала

Методические указания:

Русский танец.

Поклон:

- на месте без рук и с руками
- с продвижением вперед и отходом назад

1. Позиции рук:

- 1-я,2-я,3-я позиция.

Движения рук в русских одиночных плясках не являются точно установленными. Девушка и юноша пляшут, импровизируя; также и движения рук изменяются в зависимости от музыки.

2. Постановка корпуса:

- у девушки прямой и спокойный
- у юноши корпус более подвижен.

3. Плечи прямые, спокойные.

4. Голова определяется характером танца и подчеркивает его эмоциональное содержание.

5. Ходы и проходки:

- простой бытовой шаг
- переменный ход на всю ступню

- сценический переменный ход
- 6. Дроби и дробные ходы:
 - дробный ход
 - переменный дробный ход
- 7. Движения на месте:
 - «ковырялочка»
 - «гармошка»
 - «елочка»
- 8. Присядки:
 - с выбрасыванием ноги вперед
 - боковая присядка с выбрасыванием ноги в сторону
 - с «ковырялочкой»
- 9. Хлопушки:
 - тройная хлопушка с притопом
 - перескоки с хлопушками.

1 класс II полугодие (18 часов)

Тема 4: Экзерсис у станка

Методические указания:

Постановка корпуса. Первым требованием при изучении элементов экзерсиса у палки является правильная постановка корпуса без наклона вперед или прогиба в спине назад, со спокойно, естественно опущенными плечами, подтянутым животом и свободно не напряженно, держащейся головой.

Позиции ног. В народно – сценическом танце применяются те же позиции ног, что и в классическом танце. Однако эти позиции выполняются несколько иначе, а именно менее выворотно, чем в классике.

- открытые (выворотные)
- прямые
- свободные
- закрытые.

Позиции рук. - 1-я,2-я,3-я позиции аналогичны 1-й,2-й,3-й позициям классического танца;

- подготовительное положение (обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу;
- комбинированные положения (одна рука находится в одной из основных позиций, другая в другой позиции).

Подготовка к движению (preparation) Все упражнения на уроках народно-сценического танца начинают обычно с различных подготовок, они вводят исполнителей в ритм и характер музыки, дают исходное положение, с которого начинается упражнение, направляют внимание на само упражнение.

3. *Battement tendu jetes* (маленькие броски)

- с акцентом «от себя» и «к себе»

- с demi-plie на опорной ноге
- 4. Rond de jambe par terre (круг носком по полу)
 - с demi-plie на опорной ноге
 - круг пяткой по полу
- 5. Подготовка к «Веревочке»
 - перевод ноги, согнутой в колене, то вперед, то назад
- 6. Упражнение для бедра
 - повороты согнутой ноги коленом то внутрь, то наружу, усложненные вращением в тазобедренном суставе.
- 7. Подготовка к Flic-Flac (упражнение со свободной стопой)
- 8. Дробные выстукивания
 - удары всей стопой
 - в сочетании с двойным ударом одной ногой
- 9. Battement developpe (раскрывание ноги на 90*)
 - плавное (с сокращенной стопой)
 - резкое
- 10. Grand battement jetes (большой бросок)
 - с сокращенной стопой

Тема 5: Экзерсис на середине зала

Методические указания:

Белорусский танец.

1. Положения рук и положения в парах
2. Основные движения белорусского танца:
 - основной ход танца «Лявониха»
 - боковой ход с подбивкой (галоп)
 - притопы в три удара
 - основной ход из танца «Крыжачок»
 - полька с вращением.

Работа над этюдами.

1. Русский хоровод.
2. Русская пляска.
3. Белорусский танец «Крыжачок» или «Лявониха».

2.4 Годовые требования

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

- знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание балетной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций народно-сценического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание средств создания образа в хореографии;

- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене различные виды народно-сценического танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять народно-сценические танцы на разных сценических площадках;
- умение исполнять элементы и основные комбинации различных видов народно-сценических танцев;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народно-сценического танца; умение понимать и исполнять указания преподавателя; умение запоминать и воспроизводить текст народно-сценических танцев;
- навыки музыкально-пластического интонирования; а также:
- знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
- знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народно-сценического танца в соответствии с учебной программой;
- владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике;
- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;
- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека; применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

Требования к уровню подготовки обучающихся

По окончании обучения учащиеся должны знать и уметь:

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;
- предельно достоверно и образно передавать национальный характер русского, польского, румынского, цыганского, восточного танцев, используя артистические и эмоциональные приемы и навыки в парных танцах, сольных партиях, в массовых (построенных на рисунках) этюдах;
- используя технически сложные движения народно-сценического танца, не теряя артистического исполнения, достоверно и грамотно передавать национальный калорит изучаемого хореографического материала;
- учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

Формы и методы контроля, система оценок

4.1 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 концертов.

Контрольные уроки, зачеты 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 концертов.

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

4.2 Критерии оценок

По итогам исполнения программы на зачете, академическом концерте или зачете выставляется оценка по пятибалльной системе:

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

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного образовательного учреждения и с

учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Методическое обеспечение учебного процесса

5.1 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 этапом обучение 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:

- Экзерсис у станка.
- Экзерсис на середине класса.
- 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.

5.2 Методические рекомендации по организации самостоятельной работы

Объем самостоятельной работы учащихся определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания (параллельно с освоением детьми программы основного общего образования), с опорой на сложившиеся в учебном заведении педагогические традиции и методическую целесообразность, а также индивидуальные способности ученика.

Необходимым условием самостоятельной работы учащегося в хореографическом классе является домашняя работа. Прежде всего, она должна заключаться в систематической проработке изученных упражнений на уроке. Учащийся регулярно готовится дома к контрольной сдаче своей партии и отдельных элементов.

Выполнение обучающимся домашнего задания должно контролироваться преподавателем и способствовать быстрому развитию обучающегося.

Список рекомендуемой методической литературы

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 - 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
7. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002
8. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
9. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: СГУ,1992
10. Гербек Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
11. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Ферменянц Е., Народно-сценический танец, ч.1. М., 1976.
12. Королева Э. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
13. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев,1967
14. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
15. Лопухов А., Ширяев А, Бочаров А. Основы характерного танца, Л.-М., 1939
16. Мальми В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск, 1977
17. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
18. Надеждина Н. Русские танцы М., 1950
19. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
20. Стуколкина И. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972
21. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974
22. Устинова Т. Русские народные танцы. М., 1950
23. Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976
24. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970