

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Бокситогорская детская школа искусств»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»

**ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

ПО.1. УП. 1.3

**«НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»**

Срок реализации учебной программы 3 года

/Возраст детей от 10 лет до 18 лет/

г. Бокситогорск

2023

Разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21 ноября 2013 года №191-01-39/06-ГИ «Рекомендации по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств в детских школах искусств по видам искусств», дополнена письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 2 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ», а также в соответствии с учебными планами МБОУ ДО «Бокситогорская детская школа искусств».

В 2017 году внесены изменения в пояснительную записку, примерные репертуарные списки в связи с Письмом Минобрнауки от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

<b>Принято:</b> Педагогическим советом Протокол №5 от 30.08.2023г.	<b>Утверждено:</b> Приказом МБОУ ДО «Бокситогорская детская школа искусств» № 25 от 30.08.2023г.
--	---

**Разработчики:**

Коцуконь Галина Викторовна, зав. хореографическим отделением, преподаватель высшей квалификационной категории МБОУ ДО «БДШИ».

Полина Ольга Александровна, преподаватель высшей квалификационной категории МБОУ ДО «БДШИ».

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе
- Цель и задачи учебного предмета
- Актуальность
- Возраст детей
- Срок реализации учебного предмета
- Сведения о затратах учебного времени
- Форма проведения учебных аудиторных занятий
- Структура программы учебного предмета
- Методы обучения
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

- Учебно-тематический план
- Годовые требования

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

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

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание
- Критерии оценок

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### **VI. Список литературы**

- Методическая литература

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Народный 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, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области хореографического искусства в детских школах искусств.

Хореография - искусство гармонии тела и духа. Данная программа направлена на художественное и эстетическое развитие детей, знакомство с мировыми шедеврами музыкального и хореографического искусства, развитие физических данных ребенка, формирование технических навыков, а также знакомство с различными течениями и направлениями хореографического искусства.

**Направленность** программы учебного предмета «Народный танец» - художественная.

Программа направлена на приобретение детьми знаний, умений и навыков в области хореографического искусства, получение ими художественного образования, а также на обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания обучающихся, формирование и развитие творческих способностей, удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии и физическом совершенствовании.

Содержание и материал программы дополнительного образования детей организованы по принципу дифференциации в соответствии со следующими уровнями сложности:

1. «Стартовый уровень». Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

2. «Базовый уровень». Предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

3. «Продвинутый уровень». Предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным (возможно узкоспециализированным) и нетривиальным разделам в рамках содержательно-тематического направления программы. Также предполагает углубленное изучение содержания программы и доступ к околопрофессиональным и профессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы.

Каждый из трех уровней должен предполагать универсальную доступность для детей с любым видом и типом психофизиологических особенностей.

**Цель данной программы:** Развитие творческих способностей и индивидуальности учащегося на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области народного танца, овладение духовными и культурными ценностями народов мира.

**Задачи учебного предмета:**

- ознакомление с музыкальным и танцевальным народным творчеством;
- формирование умений исполнять элементы и основные комбинации народного танца;
- развитие выразительности и эмоционального исполнения;
- развитие мышечного аппарата и групп мышц, не задействованных в классическом балете;

- формирование умений распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- развитие музыкальных способностей: слуха, ритма, памяти и музыкальности;
- приобретение учащимися опыта творческой деятельности и публичных выступлений;
- воспитание художественного вкуса, культуры общения, дисциплины, самостоятельности, потребности вести здоровый образ жизни;
- укрепление здоровья, физическое развитие учащихся.

**Актуальность:** Хореография позволяет развить ребенка как физически, так и музыкально. Соединение музыки и хореографии дают возможность разобраться в различных музыкальных направлениях, ритмических построениях и отображении национальных особенностей музыкальных произведений и танцев.

**Возраст обучающихся:** от 7 до 18 лет

**Сроки реализации:** 3 года

При реализации программы учебного предмета «Народный танец» со сроком обучения 3 года продолжительность учебных занятий с третьего по пятый годы обучения составляет 34 недели в год.

**Сведения о затратах учебного времени учебного предмета «Народный танец»:**

Вид учебной работы, нагрузки, аттестации	Затраты учебного времени										Всего часов
	1		2		3		4		5		
Годы обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Полугодия					16	18	16	18	16	18	
Количество недель					16	18	16	18	16	18	
Аудиторные занятия					16	18	16	18	16	18	102
Самостоятельная					16	18	16	18	16	18	102

работа											
Максимальная учебная нагрузка				32	36	32	36	32	36	204	

Общая трудоемкость учебного предмета «Народный танец» при 3-летнем сроке обучения составляет 204 часа. Из них: 102 часа – аудиторные занятия, 102 часа – самостоятельная работа.

**Форма организации учебного процесса:** групповая

**Структура программы:**

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 учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок, итоговая аттестация;
- методическое обеспечение учебного процесса.

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

**Методы обучения:** Хореография - искусство коллективное, где каждый исполнитель - часть ансамбля. В процессе работы происходит понимание ответственности перед другими участниками ансамбля, воспитывается дух коллектива, где не каждый за себя, а все - единое целое. А индивидуальный подход к каждому ученику, позволяет раскрыть способности ребенка в полном объеме. Учитывая особенности каждого учащегося, преподаватель находит наиболее подходящие методы работы, позволяющие развить творческие способности ученика.

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);

- наглядный (показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- творческий (концертные выступления на конкурсах, фестивалях, внутришкольных концертах);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений и навыков);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод просмотра и анализа выступлений, оценивания своего и исполнения других обучающихся.

### **Материально-технические условия реализации учебного предмета:**

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

Перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 5м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (фортепиано) в балетном классе;
- фонотеку, видеотеку, фильмотеку;



- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки для обучающихся и преподавателей.

## II. Содержание учебного предмета

### Учебно-тематический план:

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество уроков			Форма контроля и учет успеваемости
		III класс	IV класс	V класс	
1	Работа над экзерсис у станка	5	7	10	I, II, III, IV классы- контрольные уроки, зачеты; V класс- итоговый зачет
2	Упражнения на середине	10	10	6	
3	Дроби	4	4	4	
4	Работа над вращениями	-	-	4	
5	Работа над прыжками	5	3	3	
6	Танцевальные комбинации (этюды)	10	10	7	
Количество уроков за год		34	34	34	Всего: 102

### Годовые требования:

#### 3 класс (первый год обучения)

Основной задачей первого года обучения является знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на «середине», развитие элементарных навыков координации движений.

Для первого года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского и белорусского народных танцев, а также одного из танцев прибалтийских республик.

Позиции ног:

1. Пять прямых:

1-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

2-я - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;

5-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

2. Пять свободных:

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

3. Две закрытые:

1-я закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе, каблуки разведены в стороны;

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

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

Позиции и положения рук:

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

4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

7-я - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

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

1-е положение - обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

2-е положение - обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями; пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

## УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Основные положения ног:

Позиции ног: 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

Подготовительное, первое и второе.

Подготовка к началу движения.

*Элементы танца*

Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки;
- двух рук;
- поочередные раскрывания рук;
- переводы рук в различные положения.

Поклоны:

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

Притопы:

одинарные (женские и мужские),

тройные.

Перетопы тройные.

Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука;

- с носка.

Простой русский шаг:

- назад через полупальцы на всю стопу;

- с притопом и продвижением вперед;

- с притопом и продвижением назад.

Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

"Гармошка".

"Елочка".

Припадание:

- в сторону по 3-й свободной позиции;

- вперед и назад по 1-й прямой позиции.

Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

"Ковырялочка":

- с двойным притопом;

- с тройным притопом.

"Ключ" простой (с переступаниями).

Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары

и скользящие удары):

- в ладошки;

- по бедру;

- по голенищу сапога.

Присядки (для мальчиков).

Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям.

Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям.

Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

### БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Положения рук:

- положение рук в сольном танце;
- положение рук в массовых и парных танцах;
- подготовка к началу движения.

Элементы танца "Крыжачок".

Притопы одинарные.

Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.

Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.

Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

Основной ход танца "Крыжачок".

Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.

Тройные притопы с поклоном.

Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков).

### ТАНЦЫ ПРИБАЛТИЙСКИХ РЕСПУБЛИК

Положение ног в танце "Козлик".

Положение рук в танце "Козлик".

Положение рук в парных и массовых танцах.

Подготовка к началу движения.

*Движения танца "Козлик" (музыкальный размер 2/4).*

Простые шаги на приседании.

Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением.

Прыжки с 1-й прямой во 2-ю прямую позицию и обратно.

Прыжки с перекрещенными ногами.

Прыжки с выбрасыванием ноги в сторону.

Прыжки с поджатыми ногами на месте и с продвижением вперед и назад.

*Движения польки:*

Простые подскоки польки:

- на месте;
- вокруг себя;
- с продвижением вперед, назад и в сторону.

Простые подскоки с хлопками и поклонами.

Простые подскоки в повороте парами под руки.

Галоп в сторону.

#### **4 класс (второй год обучения)**

Основной задачей второго года обучения является изучение элементов у станка, которые затем можно перенести на середину зала, а также более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы русского, белорусского и вводятся элементы украинского танца.

#### **ЭКЗЕРСИС У СТАНКА**

Пять открытых позиций ног - аналогичны позициям классического танца.

Подготовка к началу движения (preparation):

- движение руки;
- движение руки и координации с движением ноги.

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

- полуприседания (demi-plie);
- полное приседание (grand plie).

Упражнение с напряженной стопой (battement tendu) из 1-й прямой позиции:

- на каблук (музыкальный размер 3/4, 4/4);
- с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге;

- с полуприседанием в исходной позиции.

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

- с полуприседанием на опорной ноге;

- с полуприседанием в исходной позиции.

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

- в исходной позиции;

- в момент перевода работающей ноги на каблук;

- при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исходную позицию.

Маленькие броски (battement tendu jete) вперед, в сторону и назад по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям (музыкальный размер 2/4, 6/8):

- с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание;

- с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги;

- с полуприседанием на опорной ноге;

- с двойными бросками.

Подготовка к "веревочке", скольжение работающей ноги по опорной (музыкальный размер 2/4, 4/4):

- в открытом положении на всей стопе;

- в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.

Развертывание работающей ноги на 45° (battement developpe) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (музыкальный размер 4/4).

Подготовка к "чечетке" (flic-flac), мазки подушечкой стопы по полу от себя и к себе (музыкальный размер 2/4, 4/4):

- в прямом положении вперед одной ногой,

- двумя ногами поочередно.

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

- из 1-й прямой позиции;

- с шага, лицом к станку.

Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку (музыкальный размер 3/4, 4/4).

### ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ

*Элементы русского народного танца*

Поочередное раскрытие рук (приглашение) (музыкальный размер 2/4, 4/4).

Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.

Бытовой шаг с притопом.

"Шаркающий шаг":

- каблуком по полу;

- полупальцами по полу.

"Переменный шаг":

- с притопом и продвижением вперед и назад;

- с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.

"Девичий ход" с переступаниями.

Боковое "припадание":

- с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги;

- с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.

Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением в сторону.

"Моталочка" в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.

"Веревочка":



- с двойным ударом полупальцами;
- простая с поочередными переступаниями;
- двойная с поочередными переступаниями.

"Ковырялочка" с подскоками.

"Ключ" простой на подскоках.

Дробные движения:

- простая дробь на месте;
- тройная дробь (поочередные выстукивания всей стопой) на месте и с продвижением вперед;
- простая дробь полупальцами на месте;
- дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.

Присядка (для мальчиков):

- присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытой позициям;
- присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону;
- присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук и на воздух.

Хлопки и хлопущки (для мальчиков):

- удары руками по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперед, назад и в сторону;
- фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу,
- поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади;
- по голенищу сапога спереди крест-накрест.

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

## БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ "КРЫЖАЧОК"

Основной ход танца "Крыжачок" с поворотом.

"Веревочка" с переступаниями.

Присядка с выведением ноги на носок перед собой на полуприседании.

Кружение с припаданием.

## УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

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

Позиции и положения ног.

Позиции и положения рук.

Положения рук в парном и массовом танце.

Подготовка к началу движения.

Простые поклоны на месте без рук и с руками (женские и мужские).

Притоп.

"Веревочка":

- простая;
- с переступаниями;
- в повороте.

"Дорожка простая" (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом.

"Дорожка плетена" (припадание) с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.

"Выхиялястник" ("ковырялочка"):

- "выхиялястник" с "угинанием" ("ковырялочка" с открыванием ноги).

Бигунец".

"Голубец" на месте и с продвижением в сторону.

### **5 класс (третий год обучения)**

Основной задачей третьего года обучения является дальнейшее изучение у станка более сложных элементов, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки. С этого года активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение несложных комбинаций и композиций на материале русского, украинского и итальянского танцев. Активнее изучаются прыжки на одной ноге, с одной

ноги на другую и с двух ног на одну. Начинается изучение элементов молдавского, итальянского и польского народных танцев.

### ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.

Скольжение стопой по полу (battement tendu) с одновременным опусканием с полупальцев на всю стопу опорной ноги.

Маленькие броски (battement tendu jete):

- с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад;
- с одновременным ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад;
- сквозные по 1-й открытой позиции (balanouirs) с ударом каблук опорной ноги в полуприседании.

Круговые скольжения по полу (rond de tortille):

- одинарные;
- двойные.

Повороты стопы (pas tortille):

- одинарные;
- двойные.

Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом

колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45° (battement fondu):

- на всей стопе;
- с подъемом ноги на полупальцы.

Подготовка к «веревочке» с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно.

Развертывание ноги (battement developpe) на 90° с одним ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад (плавные и резкие).

Подготовка к «чечетке» (flic-flac) в открытом положении вперед, в сторону и назад.

Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:

- на ногу открытую на носок в сторону или назад;
- с шага;
- с прыжка.

"Веер" - маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной с вытянутой стопой.

Выстукивания в испанском характере (zapateado).

Растяжка из первой прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле.

Подготовка к "качалке" и "качалка".

Большие броски (grand battement) с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад:

- с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги;
- с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

Наклоны и перегибания корпуса по 1-й 4-й прямым позициям на полупальцах в полуприседании вперед, в сторону и назад.

Маленькие "голубцы" лицом к станку.

Присядки.

РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ (музыкальный размер 2/4, 4/4)

Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол.

Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.

"Ключ" с двойной дробью.

Дробная "дорожка" с продвижением вперед и с поворотом.

Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.

Дробь на "три ножки".

Основной ход танца "Шестёра" на месте и с продвижением вперед.

"Моталочка":

- с задеванием пола каблуком;

- с акцентом на всю стопу;
- с задеванием пола полупальцами;
- с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками.

Основной русский ход (академический).

Подбивка "Голубец":

- на месте;
- с двумя переступаниями.

Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.

Хлопушки:

на подскоках с ударом по голенищу сапога перед собой,  
на подскоках с ударом по голенищу сапога сзади,  
поочередные удары по голенищу сапога и сзади на подскоках,  
удары двумя руками по голенищу одной ноги,  
удар по голенищу вытянутой ноги.

Присядки:

- присядка с "ковырялочкой";
- присядка "мяч";
- "гусиный шаг";
- "ползунок" вперед и в стороны на пол.

Прыжки:

- прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте и спродвижением вперед;
- прыжок с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам;
- прыжок с ударами по голенищу спереди.

Вращения:

- на подскоках с продвижением вперед по диагонали;
- с движением "моталочки";
- с откидыванием ног назад.

УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ (музыкальный размер 2/4)

Медленный женский ход.

Ход назад с остановкой на третьем шаге.

"Веревочка" двойная.

"Тынок" (перескок с ноги на ногу).

"Выхилиястник" с "угинанием".

"Голубцы" с притопами.

"Выступцы"- подбивание одной ногой другую.

"Разножка" в сторону на ребро каблука (для мальчиков).

"Ястреб" - прыжок с поджатыми ногами по 1-й открытой позиции.

### МОЛДАВСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

*Элементы танца (музыкальный размер 2/4, 4/4, 6/8)*

Положение ног.

Положения рук в сольном и массовом танцах.

Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).

Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.

Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.

Припадания (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.

Ход на одну ногу с прыжком.

Боковой ход с каблука.

Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.

ИТАЛЬЯНСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ (музыкальный размер 6/8)

Маленькие броски с поочередными ударами носком и каблуком по полу.

Маленький прыжок на одну ногу вперед с одновременным откидыванием другой согнутой ноги на 45° и на 90° на месте и с продвижением.

Бег вперед с подскоком.

Тройные переступания с ноги на ногу (pas balance).

Повороты внутрь и наружу (en dedan, en dehor):

- поочередные переступания по 5-й свободной позиции на полупальцах в полуприседании;

- на одной ноге, вытянутая стопа другой ноги у щиколотки спереди или сзади в открытом положении (en dedan, en dehor).

### ПОЛЬСКИЙ СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ "МАЗУРКА"

*Элементы танца (музыкальный размер 3/4)*

Позиции и положения ног.

Положения рук в танце.

Волнообразное движение руки.

"Ключ" - удар каблуками:

- одинарный;

- двойной.

Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции (pas balance).

"Голубец".

"Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й позиции.

*Освоение технических приемов для прыжков и вращений:*

Прыжки на двух ногах, на одной ноге (по 4 и 8 прыжков с поджатыми ногами).

Подскоки по диагонали с поворотом, на одном месте.

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

По окончании обучения учащиеся должны обладать соответствующими знаниями, умениями и навыками, соответствующими требованиям к выпускной программе, а именно:

*Знать:*

- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы;

- балетную терминологию;

- рисунок народного танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;

- элементы и основные комбинации народного танца;

- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- средства создания образа в хореографии;
- исторические основы танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира.

*Владеть:*

- техникой исполнения программных движений в экзерсисах и в танцевально-сценической практике;
- навыками коллективного исполнительского творчества.

*Уметь:*

- исполнять элементы и основные комбинации различных видов народных танцев;
- распределять сценическую площадку;
- чувствовать ансамбль;
- сохранять рисунок при исполнении народного танца;
- понимать и исполнять указания преподавателя;
- запоминать и воспроизводить текст народных танцев.

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

Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестации.

**Текущий контроль успеваемости** учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет и направлен:

- на поддержание учебной дисциплины;
- ответственную организацию домашних занятий (самостоятельной работы обучающегося);
- повышение уровня освоения текущего учебного материала;
- выявление отношения обучающегося к изучаемому предмету.

В качестве форм текущего контроля используется:



- работа обучающегося на уроке;
- просмотры на открытых уроках для родителей;
- творческая работа;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях и др.

Результаты текущего контроля учитываются при выставлении четвертных, полугодовых, годовых оценок.

**Цель промежуточной аттестации** - определение уровня подготовки обучающегося на определенном этапе обучения по конкретно пройденному материалу. Промежуточная аттестация проводится для обучающихся в форме контрольного урока (зачета).

**Итоговая аттестация** определяет уровень и качество освоения программы учебного предмета и проводится для учащихся выпускных классов в виде итогового зачета.

#### **Формы промежуточной и итоговой аттестации по годам:**

Годы обучения (классы)	Форма аттестации
3	Контрольные уроки, зачеты
4	Контрольные уроки, зачеты
5	Итоговый зачет

#### **Критерии оценок:**

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

#### **Критерии оценки текущей и промежуточной аттестации:**

Для более полного оценивания знаний, умений и навыков обучающихся по текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации установлена 5-ти балльная система оценок. Оценка «5» - отлично, «4» - хорошо, «3» - удовлетворительно, «2» неудовлетворительно.

Оценка	Критерии оценивания исполнения
<b>«5»</b>	Методически правильное исполнение учебно-

<b>(отлично)</b>	танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков.
<b>«4» (хорошо)</b>	Возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое.
<b>«3» (удовлетворительно)</b>	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, не владение трюковой и вращательной техникой.
<b>«2» (неудовлетворительно)</b>	Комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой.

В зависимости от сложившихся традиций и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно и точно оценить выступление учащегося.

#### **Критерии оценки к итоговой аттестации:**

Итоговая аттестация осуществляется по 5-ти балльной системе. Оценка «5» - отлично, «4» - хорошо, «3» - удовлетворительно, «2» неудовлетворительно.

Оценка	Критерии оценивания исполнения
<b>«5» (отлично)</b>	Методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков.
<b>«4» (хорошо)</b>	Возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое.

<p style="text-align: center;"><b>«3»</b> <b>(удовлетворительно)</b></p>	<p>Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, не владение трюковой и вращательной техникой.</p>
<p style="text-align: center;"><b>«2»</b> <b>(неудовлетворительно)</b></p>	<p>Комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой.</p>

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

### *Методические рекомендации педагогическим работникам*

Пятилетний срок реализации программы учебного предмета позволяет: перейти на обучение по предпрофессиональной программе, продолжить самостоятельные занятия, участвовать в различных самодеятельных ансамблях. Каждая из этих целей требует особого отношения к занятиям и индивидуального подхода к ученикам. 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.

Урок по народному 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 народного танца заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники народного танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

Важным методом правильной организации урока является продуманное, спланированное размещение учащихся. При выполнении движений у станка надо расставить учеников так, чтобы они не мешали друг другу. При выполнении движений на середине зала лучше размещать детей в шахматном порядке, чтобы преподаватель мог лучше видеть их, причем через 2-3 урока следует менять линии. Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Занятия должны сопровождаться внеклассной работой:

- посещением концертов, спектаклей;
- просмотром балетов и музыкальных фильмов;
- участием учащихся в творческих мероприятиях школы;
- непосредственным участием детей в концертной деятельности хореографического отделения школы;
- участием обучающихся в конкурсах, фестивалях, творческих вечерах, театрализованных представлениях.

Необходимо постоянно проводить культурно-просветительскую деятельность среди учащихся, а именно:

- поддерживать связь с другими детскими школами искусств и творческими коллективами;

- знакомить учащихся с новыми достижениями образования в сфере культуры и искусства;
- стимулировать самостоятельную работу над расширением кругозора обучающихся под присмотром преподавателей и родителей.

## **VI. Список литературы**

### **Методическая литература:**

1. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л. Основы характерного танца. - М. - Л.: Искусство, 1939
2. Васильева Е. Д. Танец.- М.: Искусство, 1968
3. Васильева-Рождественская М. В. Историко-бытовой танец.-М.: Искусство, 1963
4. Воронина И. А. Историко-бытовой танец.- М.: Искусство, 1980
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (Упражнения у станка) - М., 2002
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (Танцевальные движения на середине зала). - М., 2004
7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца (этюды).- Владос, 2004
8. Давайте танцевать!: Литературно-музыкальный альманах (народные, бальные, сценические и спортивные танцы). - «Молодежная эстрада», 2004
9. Есаулова К.А., Есаулов И.Г. Народно-сценический танец. – Ижевск: МСА, 2004
10. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец.-М.: Искусство, 1976
11. Ивановский Н. П. Бальный танец XVI-XIX вв. - Л. - М.: Искусство, 1948
12. Кристерсон Х. Х. Танец в драматическом спектакле.- М.: Искусство, 1960

13. Курбет В., Мардарь М. Молдавские народные танцы. - Кишинев: КартяМолдавеняскэ, 1969
14. Надеждина Н. Русские танцы. - М.: Госкультпросветиздат, 1951
15. Новицкая Г.П. Урок танца. - СПб: «Композитор», 2003
16. Стриганов В. М., Уральская В.И. Современный бальный танец.- М.: Просвещение, 1977
17. Танцуем, играем и поем: Литературно-музыкальный альманах (балльные, латиноамериканские, европейские и другие бытовые танцы). - «Молодежная эстрада», 2000
18. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
19. Устинова Т. Русские народные танцы. - М.: Культпросветиздат, 1950
20. Устинова Т. Русские народные танцы.- М.: Искусство, 1976
21. Чурко Ю. Белорусский народный танец. - Минск: Наука и техника, 1972
22. Шевлюга С. Самоучитель испанских и цыганских танцев фламенко. - Ростов на Дону:Феникс, 2005