

**муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств № 11»
городского округа Самара**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МБУ ДО «ДШИ № 11»
г.о. Самара
(протокол от 30.08.2016г. №1)

УТВЕРЖДЕНА
директором
МБУ ДО «ДШИ № 11» г.о. Самара
И. И. Ивлевой
(Приказ от 30.08.2016 г. №78а)

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

Т А Н Е Ц

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации программы: 4 года

Разработчики:
педагог дополнительного образования
Силифонтова Елена Анатольевна,
педагог дополнительного образования
Желнина Татьяна Васильевна

Самара 2016

Содержание.

I.	Введение.....	3
	Краткая характеристика программы	
II.	Пояснительная записка.....	4
	Цели программы	
	Задачи	
	Основные принципы построения учебного процесса	
	Методы работы	
III.	Управляемость программой.....	6
	1. Методы и этапы контроля	
	2. Возможности коррекции программы	
IV.	Социальный аспект программы.....	7
V.	Условия реализации программы.....	7
VI.	Учебно-тематический план занятий.....	8
VII.	Содержание деятельности.....	9
VIII.	Литература.....	27

I. Введение.

Приобщение к любому виду искусства воспитывает у детей эстетический вкус, повышает их культурный уровень, закладывает те нравственные основы, на которых будет выстроена их жизнь в будущем.

ТАНЕЦ всегда был одним из самых любимых видов искусства. Занятия хореографией дают детям возможность раскрыть и реализовать заложенные в каждом творческие задатки, соприкоснуться с культурой в целом, открыть для себя такой мощный её пласт, как танцевальная культура, а также частично решить проблему досуга (на сегодняшний день чрезвычайно актуальную), улучшить здоровье, избежать заболеваний, связанных с гиподинамией.

Одной из перспективных форм начального хореографического образования, сложившихся в сети внешкольного эстетического воспитания, являются хореографические отделения детских школ искусств. Их **задачами** являются начальное хореографическое образование и эстетическое воспитание **средствами танцевального искусства**. Эти задачи нашли отражение в данной комплексной программе и объединяют программы по каждому отдельному предмету в единое целое.

Краткая характеристика программы.

1. Программа комплексная. Настоящая программа включает в себя программы по следующим предметам:
 - «Классический танец» - 1 раз в неделю по 2 часа.
 - «Народно-сценический танец» - 2 раза в неделю по 1,5 часа.
2. Программа общеразвивающая.
3. Срок реализации программы – 4 года.
4. Форма организации учебно-воспитательного процесса – **групповая**.

Количество учащихся в классе обусловлено Уставом школы искусств и педагогически-образовательной целесообразностью, утверждённой на методическом совете. **Наполняемость групп:** 10 – 12 человек.

Объем учебного времени

Вид учебной работы	Затраты учебного времени								Всего часов
	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс		
	1 полуг.	2 полуг.	1 полуг.	2 полуг.	1 полуг.	2 полуг.	1 полуг.	2 полуг.	
Аудиторные занятия, часы	85	90	85	90	85	90	85	90	700

II. Пояснительная записка.

Создание программы продиктовано необходимостью решить вопрос досуга школьников, проживающих в отдалённом от центра микрорайоне, средствами хореографии, а также большим спросом детей (и родителей) на данное направление деятельности школы искусств.

Настоящая программа рассчитана на детей от 11 до 14 лет, не все из которых обладают физическими данными, необходимыми для занятий хореографией. Полнота, отсутствие выворотности или большого танцевального шага безусловно тормозит процесс формирования необходимых технических данных, но не ослабляет интереса детей к хореографии.

ДШИ предоставляет детям возможность удовлетворить этот интерес, а также самовыразиться и самоутвердиться, найти применение своим силам соразмерно своим способностям, решить проблему свободного времени.

Хореографическое отделение школы искусств не ставит своей целью подготовку профессиональных артистов балета, поэтому обучающиеся, как правило, не имеют перспективы профессионального исполнительства, хотя, для наиболее одарённых из них, этот путь не исключается. Основная часть обучающихся должна получить возможность раскрыть заложенные в каждом творческие задатки и реализовать их в соответствующем репертуаре за период обучения.

Таким образом, данная программа учитывает одну из основных специфических особенностей хореографического отделения школы искусств, как внешкольного учреждения – сочетание одновременно деятельности учебного заведения, работающего по определённому учебному плану, и исполнительского коллектива, организованного на студийных началах.

Основные цели программы – знакомство с танцевальной культурой, формирование навыков творческой деятельности, физическое совершенствование и эстетическое воспитание личности средствами танца.

Эти цели должны реализоваться по мере решения следующих **ЗАДАЧ**, которые по функциональному признаку делятся на 3 группы.

1. Развивающие:

- 1.1. Формирование правильной осанки, гибкости, пластичности.
- 1.2. Развитие координации движений, моторной памяти, умения ориентироваться в пространстве.
- 1.3. Развитие выразительности, музыкальности.
- 1.4. Выявление и развитие природных данных, творческих способностей.
- 1.5. Развитие техники исполнения: силы, скорости, ловкости, выносливости.

2. Обучающие:

- 2.1. Освоение терминологии танца (в рамках программы).
- 2.2. Освоение базовых элементов танца: понятий, позиций, движений и т.д.
- 2.3. Знакомство с элементами музыкальной грамоты: ритм, темп, характер музыкального сопровождения и т.д.

3. Воспитательные:

- 3.1. Воспитание творческой инициативы.
- 3.2. Воспитание волевых качеств: дисциплинированность, настойчивость, трудолюбие...
- 3.3. Формирование доброжелательных отношений в коллективе, воспитание чувства коллективизма, коммуникабельности.

Основные цели программы должны быть достигнуты к моменту завершения курса обучения.

Общая и поэтапная результативность освоения программы отслеживается и контролируется при помощи системы контрольных уроков, зачётов и экзаменов по пятибалльной шкале оценок, фиксируется в журнале.

Практический выход реализации программы – участие в концертной и конкурсной деятельности.

При работе над программным материалом педагог должен опираться на **ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ** построения учебного процесса:

- ***целенаправленность*** учебного процесса;
- ***систематичность и регулярность*** занятий;
- ***постепенность*** в развитии природных данных учащихся;
- ***последовательность*** в овладении лексикой и техническими приёмами танца;
- ***повторность***.

Эффективно сочетание следующих основных **МЕТОДОВ** работы с обучающимися:

- ***живое слово*** (рассказ, объяснение);
- ***показ*** (демонстрация, иллюстрация);
- ***практика*** (упражнение, репетиция, выступление);
- ***наблюдение*** (оценка, анализ исполнения).

III. Управляемость программой.

1. Методы и этапы контроля.

Предметы	I класс	II класс	III класс	IV класс
Классический танец	3 контрольных урока и зачёт	3 контрольных урока и зачёт	3 контрольных урока и зачёт	3 контрольных урока и выпускной экзамен
Народно-сценический танец	3 контрольных урока и зачёт	3 контрольных урока и зачёт	3 контрольных урока и зачёт	3 контрольных урока и выпускной экзамен

2. Возможности коррекции программы.

Данная программа лишь намечает объём материала, который может быть использован с учётом состава класса, физических данных и возможностей каждого обучающегося. Изучение программы в полном объёме рекомендуется только в том случае, если возможности обучающихся (класса) позволяют освоить их качественно.

Педагог должен проявлять определённую гибкость в подходе к каждой конкретной группе обучающихся, творчески решать вопросы, встающие перед ним в процессе преподавания. В случае необходимости возможно изменение объёма программного материала, некоторое изменение в порядке его прохождения.

IV. Социальный аспект программы.

Деятельность по социальной защите учащихся может содержать следующие пункты:

1. Обучение детей самоорганизации режима дня и образовательной деятельности, воспитание у них внимания не только к себе, но и к другим членам коллектива.
2. Обучение детей нормам коллективной образовательной деятельности и общения с коллективом и в коллективе.
3. Выявление положительных черт характера обучающихся.
4. Стимулирование творческой деятельности, творческих способностей, творческого мышления, воображения.
5. Воспитание эстетического вкуса, формирование нравственно-эстетических понятий, которые будут определять в дальнейшем поведение обучающихся в обществе.
6. Начальная танцевальная подготовка обучающихся на базе их социальных потребностей.
7. Частичное решение проблемы свободного времени.

V. Условия реализации программы.

1. Соблюдение правил техники безопасности педагогами и обучающимися.
2. Соблюдение прав и обязанностей педагога и обучающихся (см. Устав школы).
3. Учебно-методическое обеспечение (Программа, методическая и профессиональная литература).
4. Материально-техническое обеспечение:
 - наличие танцевального класса, специально оборудованного для занятий – станок, зеркала, пол со спецпокрытием, фонотека, магнитофон, фортепиано, баян;
 - наличие раздевалки для педагогов и обучающихся;
 - наличие костюмерной.

VI. Учебно – тематический план.

Классический танец.	I класс	II класс	III класс	IV класс
Часть занятия.	часы	часы	часы	часы
I. Экзерсис у станка.	22	22	18	18
II. Экзерсис на середине зала.	22	22	18	18
III. Allegro.	11	11	14	14
IV. Композиционно-постановочная часть.	11	11	16	16
V. Контрольные уроки, зачёты экзамены.	4	4	4	4
<i>Итого:</i>	70	70	70	70

Народно-сценический танец	I класс	II класс	III класс	IV класс
Тема (раздел)	часы	часы	часы	часы
I. Экзерсис у станка.	30	21	21	22,5
II. Русский народный танец.	21	21	15	15
III. Украинский народный танец.	9	--	--	--
IV. Итальянский сценический танец «Тарантелла».	12	9	--	--
V. Венгерский народный танец.	--	12	6	--
VI. Молдавский народный танец.	--	--	9	7,5

VII. Польский народный танец.	--	--	9	--
VIII. Польский сценический танец «Мазурка».	--	--	--	10,5
IX. Цыганский сценический танец.	--	--	--	10,5
X. Освоение технических приёмов для прыжков и вращений.	7,5	7,5	7,5	7,5
XI. Композиционно-постановочная часть.	19,5	22,5	25,5	25,5
XII. Контрольные уроки, зачёты, экзамены.	6	6	6	6
Итого:	105	105	105	105

VII. Содержание деятельности.

<<КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ>>

На хореографическом отделении школы искусств предмет «Классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры.

Однако, как сценический жанр, классический танец должен использоваться здесь с известной осторожностью. Чтобы классический танец не потерял своей художественной ценности и не перестал быть средством эстетического воспитания, педагогу необходимо проявлять особый такт и чувство меры. Важно учитывать физические данные исполнителей, точность манеры и стиля исполнения, не ставить перед обучающимися непосильных задач.

Программа рассчитана на 4 года с недельной нагрузкой 2 часа в каждом классе. Экзамены, зачёты, контрольные уроки проводятся в соответствии с учебным планом.

1-й год обучения.

Основная задача 1-го года обучения – постановка корпуса, ног, рук и головы в процессе изучения основных движений экзерсиса у станка и на середине зала, освоение понятий и терминов классического танца. Развитие навыков координации движений и музыкального слуха.

Все движения изучаются: сначала - лицом к станку, держась за него обеими руками; позднее – боком к станку, держась за него одной рукой. Ряд движений сначала изучают в сторону, позднее – вперёд и назад, в пол и на воздух под углом 25° , 45° , 90° . Упражнения исполняются поочерёдно с правой и левой ноги.

Экзерсис на середине во 2-м полугодии, как правило, состоит из изучения поз классического танца, из которых в конце года составляется небольшое adagio.

Экзерсис у станка.

1. Постановка корпуса.
2. Позиции ног: I, II, V.
3. Demi, grand plie в I, II, V.
4. Battement tendu из I п., позднее из V:
 - в сторону, вперёд, назад - на 2 такта каждый, м/р – 4/4;
 - с demi plie;
 - с pour le pied (из I во II).
5. Passe par terre из I п. вперёд и назад, на каждый т-т, м/р – 4/4.
6. Понятия en dehors et en dedans.
7. Demi rond и rond de jambe par terre en dehors et en dedans на вытянутых ногах и на demi plie – на 2 т-та, м/р – 4/4.

8. Battement tendu jete из I, V в сторону, вперёд, назад – на 2 т-та, м/р – 4/4:
 - с demi plie;
 - с pique.
9. Положение sur le cou-de-pied: спереди, сзади, условное.
10. Petits battement sur le cou-de-pied (на всей стопе, равномерно).
11. Demi plie в положении условного sur le cou-de-pied.
12. Battement retire из V:
 - до положения sur le cou-de-pied;
 - до 90°.
13. Battement frappe par terre в сторону, вперёд, назад.
14. Battement fondu par terre в сторону, вперёд, назад.
15. Battement releve lent на 25°, 45°, 90° в сторону, вперёд, назад.
16. Battement developpe в сторону.
17. Releve на п/п в I п., II, V.
18. Перегибы корпуса в I п. лицом к станку.

Экзерсис на середине зала.

1. Позиции рук: подготовительное положение, 1, 2, 3 п.
Понятия arrondi и allonge.
2. 1-я и 2-я формы port de bras.
3. Изучение направлений в танце (8 точек зала).
4. Понятие epaulement (croisee, efface).
5. Demi plie по I, II п. en face, позднее – по V п., epaulement.
6. Battement tendu из I, V п. (на 2 т-та, м/р 4/4).
7. Позы croisee, effacee - малые, большие, вперёд, назад (носком в пол).
8. Releve на п/п в I, V п.
9. Battement releve lent на 90° en face.
10. Элементарное adagio из поз croisee, effacee.

Allegro.

1. Temps leve saute в I, II, V п. (4/4, на 1 т-т).
2. Changement de pied (4/4, на 1 т-т).
3. Pas echarpe на II п. (4/4, на 1 т-т).
4. Pas assemble в сторону (4/4, на 2 т-та).

2-й год обучения.

Пройденные на 1-м году обучения упражнения у станка исполняются в более быстром темпе.

Экзерсис у станка.

1. Battement tendu pour le pied на II п. на demi plie.
2. Battement tendu jete (с сокращением стопы) на 25°.
3. Battement frappe на 45°.
5. Releve на п/п в V п. (с предварительным и заключительным demi plie).

6. Battement fondu на 45°.
7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans (4/4, на 1 т-т, затем на половину такта).
8. Grand battement jete (2/4, на 1 т-т).
9. Battement developpe вперёд, в сторону, назад.
10. Battement developpe passe (4/4, на 2 т-та).
11. Pas tombe в V п.
12. Pas coupe на п/п.
13. Pas de bourre с переменной ног en dehors (лицом к станку, 4/4, 1 т-т).

Экзерсис на середине зала.

1. Позы – 1, 2, 3й arabesques (носком в пол).
2. Temps lie par terre.
3. Battement tendu из I, V п.
4. Battement tendu jete из I, V п.
5. Полуповороты в V п. с переменной ног (на п/п, на вытянутых ногах, с demi plie).
6. Перегибы корпуса.
7. Adagio из пройденных поз.

Allegro.

1. Движения 5-го класса исполняются на затакт.
 2. Pas assemble вперёд и назад (4/4, на половину такта).
 3. Sissonne simple (без assemble, заканчивая assemble).
 4. Sissonne в позу 1-го arabesque (3/4).
 5. Petit pas de chat с выбрасыванием ног вперёд (4/4, на 1 т-т, затем на половину такта).
 6. Pas echappe на II п. с окончанием на 1 ногу, другая – sur le cou-de-pied.
 7. Pas de bourre suivi на п/п в V п.
-

3-й год обучения.

Основными задачами 7-го класса являются: развитие силы ног путём введения полупальцев в отдельные упражнения у станка, развитие устойчивости, освоение техники исполнения упражнений в более быстром темпе.

Экзерсис у станка.

1. Battement tendu:
 - double (с двойным опусканием пятки во II п.);
 - в малых и больших позах.
2. Battement tendu jete:
 - balancoir;

- в малых и больших позах.

3. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.
4. Demi rond de jambe на 45^0 en dehors et en dedans на всей стопе.
5. Battement fondu (на п/п, в позах).
6. Battement soutenu носком в пол, на 45^0 на всей стопе, позднее – с подъёмом на п/п.
7. Battement frappe et battement double-frappe на п/п.
8. Petit battement sur le cou-de-pied на п/п.
9. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans на всей стопе.
10. Pas coupe на п/п.
11. Pas tombe на месте, другая нога – в положении sur le cou-de-pied.
12. Battement releve lent на 90^0 в больших позах (croisee, effacee, ecartee, attitude, 2 arabesque).
13. Battement developpe
- passe со всех направлений.
14. Grand plie в IV п.
15. Grand battement jete (pointe, в позах).
16. 1я и 3я формы port de bras, как заключение к различным упражнениям.
17. Releve на п/п (в IV п., с РН на cou-de-pied).
18. Полуповороты на п/п en dehors et en dedans на 2х ногах (начиная с вытянутых и с demi plie).

Экзерсис на середине зала.

Упражнения исполняются en face на всей стопе, с постепенным введением поз.

1. Battement tendu (в позах, double во II п.).
2. Battement tendu jete (в позах, rigue).
3. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi plie.
4. Demi rond de jambe на 45^0 en dehors et en dedans.
5. Battement fondu (в позах носком в пол, на 45^0).
6. Battement soutenu en face, в позах (носком в пол, на 45^0).
7. Battement frappe et battement double-frappe носком в пол, на 45^0 , в позах.
8. Rond de jambe en l'air.
9. Petit battement sur le cou-de-pied равномерно и с акцентом, en face et epaulement.
10. Pas coupe на всю стопу.
11. Pas tombe на месте, другая нога – на cou-de-pied.
12. Battement releve lent et battement developpe en face и в позах.
13. Battement developpe passe en face.
14. Grand battement jete (и pointe) в больших позах (кроме 4-го arabesque).
15. Port de bras:
 - с наклоном корпуса в сторону;
 - с наклоном и перегибом корпуса, с ногой на носке впереди, сзади;
 - 3я, 4я формы port de bras в V п.
16. 4-й arabesque носком в пол;

17. Releve на п/п в IV п. croisee, effacee.

18. Полуповороты на 2х ногах в V п. с переменной ног, на п/п.

Allegro.

1. Temps leve saute по IV п.
2. Changement de pied (grand, petit, en tournant на 1/4 , 1/2).
3. Pas echappe на II и IV п. (grand, petit, с окончанием на одну ногу, другая-cou-de-pied).
4. Pas assemble вперёд, назад en face, позднее – на croisee, effacee.
5. Sissonne simple en face и в малых позах.
6. Petit pas jetes en face и в малые позы.
7. Pas glissade.
8. Pas coupe.
9. Petit pas chasse.

4-й год обучения.

Закрепляется азбука классического танца. Основные задачи обучения – чистота исполнения, закрепление устойчивости, выразительность.

Экзерсис у станка.

1. Battement tendu pour batterie.
2. Demi rond et rond de jambe на 45⁰ на п/п и demi plie.
3. Battement fondu:
 - double на всей стопе, на п/п;
 - с plie-releve et rond de jambe на 45⁰.
4. Battement frappe et battement double-frappe (на п/п, с окончанием в demi plie).
5. Pas tombe с продвижением, с полуповоротом, РН – на cou-de-pied.
6. Battement releve lent et battement developpe во всех позах на п/п.
7. Demi rond et grand rond de jambe developpe на всей стопе.
8. 3я форма port de bras с ногой на носке сзади, на plie (с растяжкой).
9. Поворот на 2х ногах в V п. на п/п с переменной ног.
10. Полуповороты на одной ноге :
 - РН на cou-de-pied;
 - с подменной ноги.
11. Preparation к pirouette sur le cou-de-pied с V п.
12. Pirouette с V п. en dehors et en dedans.

Экзерсис на середине зала.

1. Demi rond et rond de jambe на 45⁰ на всей стопе.
2. Battement fondu:

- en face и в позах;
 - с plie-releve et demi rond de jambe на 45° на всей стопе.
3. Battement frappe и double-frappe:
 - с окончанием в demi plie.
 4. Pas coupe на п/п.
 5. Pas tombe с продвижением, РН – на cou-de-pied, носком в пол, на 45° .
 6. Demi rond de jambe developpe en face на всей стопе.
 7. 3я форма port de bras с ногой на носке сзади, с переходом с ОН (с растяжкой).
 8. 5я, 6я формы port de bras.
 9. Pas de bourree :
 - de cote (носком в пол, на 45°);
 - ballote на effacee et croisee (в пол, на 45°);
 - simple (с переменной ног) en tournant.
 10. Preparation к pirouette и pirouette с V, IV, II п. с окончанием в V и IV п.

Allegro.

1. Temps saute по V п. с продвижением.
2. Changement de pied с продвижением.
3. Pas echappe на II и IV п. по 1/4 и 1/2 оборота.
4. Pas assemble с продвижением en face и в позах.
5. Petit pas jete с продвижением.
6. Pas de chat (с согнутыми вперёд ногами).
7. Temps leve в 1, 2 arabesgues.
8. Sissonne fermee во всех направлениях.

<<НАРОДНО –СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ>>

Неисчерпаемое богатство народного танца раскрывает перед обучающимися широкую перспективу развития их творческих и исполнительских задатков.

Одной из основных задач педагога по народно-сценическому танцу является развитие яркой творческой индивидуальности исполнителя, воспитание в нём умения, при высокой исполнительской технике, передать эмоционально, образно, органично своеобразие танца того или иного народа.

Как правило, основой школьного концертного репертуара является народно-сценический танец, так как он доступен большинству обучающихся, даёт возможность разнообразно строить репертуар, формируя его по степени сложности для каждой возрастной группы.

Программа рассчитана на 4 года с недельной нагрузкой 2 часа в каждом классе. Экзамены, зачёты, контрольные уроки проводятся в соответствии с учебным планом.

1-й год обучения.

Позиции ног:

- 5 открытых;
- 5 прямых;
- 2 закрытых.

Позиции и положения рук:

- 7 основных позиций;
- подготовительное, 1-е и 2-е положения;
- положения рук в парных и массовых танцах.

Экзерсис у станка.

1. Preparation.
2. Demi и grand plie – I, II, V п., I прямая с переходом из позиции в позицию:
 - приёмом battement tendu;
 - через поворот стоп.
3. Battement tendu из Vп.:
 - с сокращением стопы РН;
 - с сокращением стопы и окончанием в demi plie;
 - с работой пятки ОН.
4. Vannement tendu jete из Vп.:
 - с pour le pied;
 - с притопами;
 - с работой пятки ОН.
5. «Каблучное»:
 - маленькое во всех направлениях;
 - маленькое с 2-м ударом;
 - double;
 - с demi-rond.
6. Подготовка к «верёвочке»:
 - разворот бедра в закрытое-открытое положение;
 - ритмическое разнообразие.
7. Flic-flac из Vп. Во всех направлениях:
 - с ударом п/п и сокращённой стопой;
 - с переходом на РН.
8. Pas tortille из положения pointe в сторону.
9. Battement releve lent на 90° в сторону, вперёд, назад:
 - с сокращением стопы РН;
 - с окончанием в demi plie на каблук.
10. Battement developpe в сторону, вперёд, назад:
 - на вытянутых ногах;
 - на demi plie.
11. Grand battement jete из V п. во всех направлениях с окончанием в demi plie на каблук.

12. Перегибы корпуса в I и I прямой на вытянутых ногах на всей стопе.
13. Опускание на колено у каблука ОН (с поворотом к палке).

Русский народный танец.

1. Открывание - закрывание рук на талию; два положения кисти на талии:
 - ладонь;
 - кулачок.
2. Поклоны:
 - поясной;
 - земной.
3. «Гармошка»:
 - из стороны в сторону;
 - с выходом на одну ногу;
 - в повороте.
4. «Ковырялочка»:
 - в сторону;
 - назад (с поворотом на 180°);
 - с подскоком.
5. «Припадание» из III п. в сторону:
 - открытое;
 - закрытое.
6. «Верёвочка»:
 - простая;
 - двойная;
 - с переступаниями.
7. «Моталочка»:
 - в прямом положении;
 - в сторону.
8. «Молоточки».
9. «Переборы».
10. Шаги:
 - с носка вперёд, назад;
 - переменный;
 - со скользящим ударом;
 - с подбивкой на каблук.
11. Дробные выстукивания:
 - притопы (одинарные, двойные, тройные);
 - перетопы с «противоходом»;
 - «простая», «двойная» дроби;
 - «ключи» - 1,2,3;
 - «разговорные» дроби.
12. Вращения:
 - на двух подскоках полный поворот;
 - «припаданием» на месте;
 - двойным, тройным соскоком;
 - соскоком с переступанием.
13. Хлопки и удары (*материал для мальчиков*):

- одинарные, двойные;
 - фиксирующие и скользящие;
 - в ладоши, по бедру, по голенищу сапога.
14. Присядки (*материал для мальчиков*):
- «мячик» по I прямой и II (на месте, в продвижении, в повороте);
 - п/присядка по II с выносом ноги вперёд и в сторону, в пол и на воздух, на месте и в продвижении;
 - «разножка» в стороны, вперёд-назад;
 - «гусиный шаг».
15. Прыжки (*материал для мальчиков*):
- с двух ног на две (с вытянутыми ногами и с согнутыми в коленях);
 - с согнутыми назад ногами и с одновременным ударом ладонями по голенищам;
 - с одновременным сгибанием одной ноги вперёд и ударом ладонью по подошве сапога.

Украинский народный танец.

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положения рук и ног.
3. Положения в парах, тройках.
4. Ходы хороводные: сочетания простых и переменных шагов, на п/п с выносом ноги на каблук.
5. «Верёвочка»:
 - простая;
 - с продвижением назад;
 - в повороте.
6. Притопы:
 - одинарный;
 - двойной (перескок с двумя поочерёдными ударами стоп по I прямой).
7. «Дорижка»:
 - «проста» (припадание);
 - «плетёна» (припадание открытое и закрытое).
8. Pas de basque:
 - на трёх переступаниях;
 - на 45° вперёд.
9. «Бигунец».
10. «Поход-вильный» - стелющиеся прыжки вперёд в длину.
11. «Подбивка» из стороны в сторону – «выступцы».
12. «Выхлясник» с «угинанием» («ковырялочка» с открыванием ноги).
13. «Голубцы»:
 - одинарные в сторону с притопом;
 - подряд в движении из стороны в сторону;
 - в продвижении в сторону с поворотом на полкруга.
14. *Материал для мальчиков*:
 - основной ход танца «Ползунец» (полный присед – скользящие с каблука длинные шаги;

- полное приседание с последующим отскоком в сторону и открыванием другой ноги в сторону на 45°;
- «тынок» на месте и с поворотом;
- «ползунок» вперёд и в сторону»;
- большой «голубец».

Итальянский танец «Тарантелла».

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положения рук и ног.
3. Движения рук с тамбурином :
 - удары пальцами и тыльной стороной ладони;
 - «трель».
4. Скольжение на носок вперёд в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в demi plie.
5. Jete-riqué (на месте и с отходом назад на plie).
6. Основной ход – pas emboites – на месте и с продвижением вперёд.
7. Шаг с подскоком – pas ballonne:
 - с фиксацией РН на sou-de-pied;
 - с открыванием РН сперёд.
8. Соскоки в demi plie:
 - на п/п в V п.;
 - на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по V п.
9. Соскок по II п. с последующим соскоком в attitude вперёд.
10. Бег с подскоком.
11. Pas de basque (тройные перескоки по V прямой с согнутыми вперёд коленями на 90° (на месте, вперёд, назад, в повороте).

Композиционно – постановочная часть.

1. Комбинации на изученном материале.
 2. Этюды на изученном материале.
 3. Концертный номер.
-

2-й год обучения.

Усложняется координация рук, ног. Активно включается в работу корпус. Темпы движений остаются умеренными. Формируются навыки выразительного исполнения движений.

Экзерсис у станка.

1. Plie резкое и плавное по I, II, V открытым и I, IV прямым позициям.
2. Battement tendu:
 - с работой пятки ОН;

- «веер» по точкам.
- 3. Battement tendu jete с работой пятки ОН.
- 4. Rond de jambe par terre:
 - подготовка – rond de pied;
 - с выведением на носок и каблук.
- 5. Подготовка к «верёвочке» - разнообразные сочетания переноса ноги и поворотов бедра.
- 6. «Качалочка».
- 7. «Каблучное» упражнение - большое.
- 8. Flic – flac :
 - с последующим переступанием на РН;
 - с подскоком на ОН.
- 9. Дробные выстукивания каблуками и п/п по I прямой и V п.
- 10. Battement fondu:
 - на всей стопе на 45° в сторону;
 - вперёд-назад с demi rond.
- 11. Перегибы корпуса:
 - лицом к станку с plie, на п/п;
 - одной рукой за палку в I прямой на п/п.
- 12. «Штопор».
- 13. Adagio :
 - battement releve lent на 90°;
 - battement developpe на demi plie с последующим одинарным ударом пяткой ОН.
- 15. Grand battement с «ножницами» с окончанием в plie на каблук.

Русский народный танец.

Усложняются сочетания ранее пройденных элементов.

1. Боковая «моталочка».
2. «Верёвочка»:
 - с «косыночкой»;
 - с «ковырялочкой»;
 - синкопированная;
 - в повороте (по точкам).
3. Дробные выстукивания с продвижением.
4. Вращения:
 - русский бег в повороте («бегунец»);
 - с выносом ноги через sou-de-pied в сторону на каблук (на 45°-90°);
 - «обертас».
5. Тройные (строенные) хлопки и удары (**материал для мальчиков**):
 - скользящий хлопок и два удара по бедру;
 - скользящий хлопок и два удара по голенищам сапог;
 - скользящий хлопок и два удара по голенищу сапога;

скользящий хлопок и два удара.

6. Присядки (*материал для мальчиков*):
 - «разножка» вперёд-назад с поворотом на 180°;
 - «закладка».
7. Прыжки (*материал для мальчиков*):
 - с поджатыми ногами и с ударом по голенищу сапога.

Итальянский танец «Тарантелла».

1. Pas balance.
2. «Веер» (в повороте).
3. Поочерёдные выбрасывания ног вперёд в attitude и с разворотом на 180° через резкий наклон корпуса вперёд.
4. «Ковырялочка» на полу и в воздухе с наклоном корпуса.
5. «Качалочка» вперёд-назад с наклоном корпуса и бросками ног вперёд и назад.
6. Повороты en dedans et en dehors:
 - поочерёдным переступанием по Vп. на п/п в demi plie;
 - подскоками на одной ноге, другая – sou-de-pied.
7. Скольжение в позе arabesque вперёд, назад, вокруг себя.

Венгерский народный танец.

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук:
 - на талии внутренним ребром ладони;
 - «наматывание» - кисть вокруг другой кисти перед грудью (руки согнуты в локтях).
3. Ходы «чардаш» и ход с каблука.
4. Соскоки на I и II прямые позиции с хлопками перед грудью.
5. «Ключ» со II закрытой позиции.
6. Перескоки мягкие с ноги на ногу с «переступанием» в I прямой и «в крест» назад за ОН.
7. «Отскоки» назад на одной ноге, другая выбивается вперёд на 45°.
8. Подскок на одной ноге и с двойным ударом каблука другой ноги, вынесенной вперёд на 30°.
9. *Материал для мальчиков*:
 - «Лего боказо» - прыжок с разведением ног в стороны и ударом внутренними рёбрами сапог по I прямой;
 - хлопущие фиксирующие и скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу, по каблуку – простые сочетания ударов).

2

Композиционно – постановочная часть.

1. Комбинации и этюды на изученном материале.
2. Концертный номер.

Усложнение танцевальных комбинаций. Развитие силы и выносливости. Работа над выразительностью и выявление творческой индивидуальности обучающихся. Активное формирование навыков ансамблевого исполнения.

Экзерсис у станка.

1. Plie плавное и резкое по I, II, IV, V открытым и прямым позициям:
 - на всей стопе и на п/п;
 - «винт» в I прямой (с двумя разворотами бёдер).
2. Battement tendu – из выворотного в прямое или закрытое положение в сторону II позиции.
3. Battement tendu jete - на demi plie, с работой пятки ОН:
 - с rique во всех направлениях;
 - с balancoir со встречным проскальзыванием на ОН.
4. Rond de jambe par terre:
 - носком и ребром каблук около ОН в demi plie;
 - «восьмёрка» с остановкой и без остановки в сторону.
5. Flic – floc с переступанием.
6. «Каблучное»:
 - большое duple;
 - большое с demi-rond.
7. Подготовка к «верёвочке» на п/п.
8. Battement fondu на п/п.
9. Перегибы корпуса:
 - одной рукой за палку в I и IV прямых позициях на двух ногах, на 1 ноге;
 - в сторону (лицом к палке).
10. Adagio :
 - battement developpe с двойным ударом пятки ОН в demi plie;
 - battement releve lent на 90°.
11. Grand battement jete – с переходом на РН и ударом п/п ОН.

Русский народный танец.

1. Шаги и «припадания» собираются в связки, добавляются повороты, flic и другие связующие движения.
2. «Верёвочка» простая и двойная :
 - с «переборами»;
 - с «ковырялочкой»;
 - с открыванием ноги на каблук;
 - с перескоками с ноги на ногу по V п.;
 - с перекатами через каблучок;
 - с полным поворотом на п/п.
3. Боковая «моталочка».
4. Удары комбинированные (*материал для мальчиков*):
 - хлопушечный «ключ»;
 - удары по подошве сапога и об пол.

5. Присядки (*материал для мальчиков*):

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

6. Прыжки (*материал для мальчиков*):

- «стульчик».

Молдавский народный танец.

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Изучение на основе любого танца по выбору преподавателя (например – «Жаворонок»).
2. Быстрые переступания по I прямой и III свободной позиции (на месте, в продвижении в сторону, в повороте).
3. Jete с подскока на ОН (с акцентом к себе).
4. Тройные переборы ногами.
5. Tombe вперёд с наклоном корпуса.
6. Переборы с выносом ноги на каблучок.
7. Синкопированные подскоки и соскоки на одну и две ноги.

Венгерский народный танец.

1. Движение рук – круговые поочерёдные непрерывные движения внутри согнутых перед собой рук ладонями вперёд одной рукой (мужское).
2. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»). Ходы в паре.
3. «Боказо» («ключ»):
 - жёсткий (отскок с акцентированной приставкой в I прямую;
 - одинарные и двойные;
 - мягкий (согнутой ногой в сторону с подъёмом на п/п).
4. «Люлька» (с движением рук).
5. Резкие тройные п/повороты бёдер и ног по V с соскоком на одну ногу в п/приседание.
6. «Цифро» («верёвочка» с подъёмом на п/п).
7. Вращения в паре.

Польский народный танец.

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения. Изучение на примере танца «Краковяк».
2. Положения рук и ног. Основные положения в паре.
3. Притопы:
 - одинарные;
 - двойные (перескок с последующим притопом).
4. «Ключ» одинарный и двойной.
5. Ходы:
 - подскоки и бег;

- шаг с последующим броском (jete) ноги вперёд и соскоком в п/приседание

- на две ноги в I прямую позицию.
6. «Цвал» (галоп).
 7. «Голубец»:
 - одинарный и двойной с притопом;
 - в повороте.
 8. Pas balance.
 9. «Кшесанэ» с притопом.
 10. Pas de basque.
 11. «Отбианэ» вперёд.
 12. Dos a dos на различных движениях.
 13. Резкие развороты в паре (с ударом ведущей ноги на сильную долю).
 14. «Обертас» - характерное вращение на месте с наклоном корпуса.

Композиционно – постановочная часть.

1. Комбинации и этюды на изученном материале.
 2. Концертный номер.
-

4-й год обучения.

Освоение сложных танцевальных комбинаций, этюдов. Формирование навыков осознанного освоения элементов народного танца, бережного отношения к хореографическому наследию.

Экзерсис у станка.

1. Plie – сочетание выворотных и прямых позиций, резких и мягких приседаний.
 2. Battement tendu et battement tendu jete (разные варианты упражнений комбинируются между собой, с другими упражнениями).
 3. Rond de jambe par terre:
 - «восьмёрка» без остановки в сторону на вытянутой ОН и в demi plie;
 - с rond de pied ОН.
 4. «Каблучное» - с «ковырялочкой» на 90° (сочетается с battement tendu, с «верёвочкой»).
 5. Flic – flac :
 - с пружинящими переступаниями на п/п;
 - double flic.
 6. Дробные выстукивания всей стопой, п/п, каблуками (одинарные, двойные удары).
 7. Battement fondu на 90° (сочетается с rond de jambe, port de bras, tombe).
 8. Adagio :
 - battement developpe на 90° в позы;
 - battement releve lent на 90°;
 - grand rond;
 - tombe;
- растяжки;

- port de bras.
- 10. Grand battement jete :
 - с двойным ударом п/п ОН;
 - с balancoir на 90°;
 - с grand rond;
 - с опусканием на колено.

Русский народный танец.

1. Ход кадильный с каблучка.
2. «Верёвочка» в развёрнутых комбинациях с различными украшениями: хлопки, повороты, соскоки.
3. Дробные выстукивания:
 - дробная «дорожка» на 16-е.
4. Вращения:
 - через каблучки;
 - бегунец с прыжочками (поджатые ноги).
5. Хлопушки (*материал для мальчиков*):
 - усложнение техники хлопушек за счёт комбинирования различных ударов, хлопушечных «ключей» с дробными выстукиваниями и продвижением во время исполнения.
6. Присядки (*материал для мальчиков*):
 - «ползунок» с выносом ноги на воздух вперёд и в сторону;
 - «разножка» на каблучки в стороны через п/п во II закрытой позиции;
 - усложнение техники присядок и «закладок» в комбинации.
7. Прыжки (*материал для мальчиков*):
 - preparation к большим прыжкам;
 - большой прыжок «разножка».

Молдавский народный танец.

Изучение на примере танцев «Хора» и «Молдавеняска».

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

Польский сценический танец «Мазурка» .

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Положения рук и ног. Положения корпуса и рук в паре.
3. Волнообразное движение руки.
4. Поклоны.
5. «Ключ» – удар каблуками:
 - одинарный;
 - двойной.
6. «Заключение»:
 - одинарное;
 - двойное.
7. Pas balance.
8. «Перебор» – pas de bouree по I прямой позиции с demi plie.
9. Основной ход танца – pas gala.
10. Лёгкий бег – pas marche.
11. «Отбианэ» – скольжение одной ногой с подбиванием её другой.
12. Уступающий переход – dos a dos – на различных движениях.
13. Cabriole по полу, в прямом положении с продвижением в сторону.
14. Подготовка к парному вращению (с акцентированным ударом всей стопой в пол спереди – колено присогнуто).
15. Вращение в паре en dedans.
16. Опускание на колено (мужское):
 - с шага;
 - с соскока.
17. Обвод девушки за руку :
 - стоя на колене;
 - стоя на выпаде.

Цыганский сценический танец.

1. Знакомство с музыкальным материалом. Характер и манера исполнения.
2. Основные положения рук и ног.
3. Движения рук:
 - круговые переводы рук от плеча;
 - взмахи от плеча и локтя;
 - переводы рук «восьмёркой».
4. Движения кисти:
 - мелкие взмахи от запястья;
 - повороты внутрь и наружу.
5. Переступания на п/п (характерная пружинка).
6. Ходы:
 - простые шаги с носка;
 - скользящие шаги на п/п;
 - переменный ход с остановкой на третьем шаге и rique согнутой сзади

- ногой (вперёд и назад);
- шаг на II закрытую позицию («винт») и окончанием в *demi plie* в Vп.
7. Чечётка:
- простая;
 - с переступанием;
 - с соскоком на II позицию;
 - боковая от себя (*flic*) – с движением в сторону за РН.
8. Прыжок в «кольцо» (женское и мужское).
9. Хлопушки (мужское) – в несложных связках удары в ладоши, по груди, по бедру, по голенищу, по каблуку, по полу.

Композиционно – постановочная часть.

1. Комбинации и этюды на изученном или дополнительном материале.
 2. Концертный номер.
-

VIII. Литература.

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л.-М., 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. СПб: Люкси и Респекс, 1996.
3. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2. М., 1981.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л.-М., 1963.
5. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу. Сборник МГАХ,. М., 2004.
6. Климов А. Основы русского народного танца. М., Издательство МГИК, 1994.
7. Ткаченко Т.С. Народный танец. М., 1954, 1967.
8. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975.
9. Устинова Т. Русские народные танцы. М., 1950