

**МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  
ЦЕНТРАЛЬНАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

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

**Программа по учебному предмету  
В.00.В.02.  
НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

**Химки 2014**

**«Одобрено»**

Методическим советом  
МАО ДО «ЦДШИ»

«29» августа 2014 г.

**«Утверждаю»**

Директор МАО ДО «ЦДШИ»  
Заслуженный работник культуры РФ

В.А. Чудин

«29» августа 2014 г.



Разработчики: Егжова Л.А., Казарина Н.А., Голенкова Л.В., Чурикова Е.К.,  
Конопелькина А.Д., Кутимова Е.А.

Рецензент: Заведующий кафедрой народного танца МГИК, заслуженный  
работник культуры РФ, профессор Ю.Г. Деревягин.

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

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

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

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

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

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

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

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

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*

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

- *Основная литература;*
- *Дополнительная литература*

## **I. Пояснительная записка**

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

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе "Рабочей программы преподавателей дополнительного образования по предмету "Народно-сценический танец", принятой и утвержденной МОУДОД ЦДШИ от 31.08.2012. Ее реализация связана с исторически сложившейся народной направленностью хореографических коллективов отделений ЦДШИ.

Значительные возможности для приобщения учащихся к богатству танцевального и музыкального народного творчества представляет собой хореографическое образование, и, в частности, народный сценический танец, который является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин.

Танец - это уникальное средство, которое позволяет целенаправленно воздействовать на развитие физической выносливости организма, гармонизирует его функции, способствует эстетизации и самоопределению юного гражданина. Он создает условия для овладения разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяя и обогащая исполнительские возможности, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу.

Программа имеет ярко выраженную двигательную-эстетическую и образовательную направленность, ориентированную на достижение возможного уровня профессионального самоопределения, позволяющего детям и подросткам мотивированно овладевать знаниями, умениями и навыками хореографической исполнительской деятельности в старшем возрасте.

При реализации программы создаются специальные условия для учащихся, их социальную, культурную адаптацию, творческую самореализацию в коллективе.

Одним из важнейших аспектов воспитания в творческом коллективе является развитие навыка у учащихся трудолюбия - основы достижения высоких творческих результатов. Поэтому программой предусматривается акцент на воспитательный потенциал ансамбля.

Образовательная программа не имеет принципиальной новизны. Ее содержание достаточно традиционно, но педагогическая работа автора

предполагают применение передовых и инновационных форм и методов (игровая ситуация, диалог, сюжетные фантазии и другие).

Целью обучения детей по данной программе является - овладение учащимися комплекса основных знаний, умений, навыков хореографического исполнения, эстетизация их личностной сферы, социализация на основе глубокого погружения в таинственный мир хореографии.

Для достижения поставленной цели обучения содержанием программы предусмотрено решение следующих задач:

- образовательных: 1\специальная хореографическая подготовленность учащихся в народном танце (освоение технических умений и навыков исполнения народного танца); 2\ общая хореографическая подготовка средствами современного танца; 3\ развитие эстетических качеств (музыкальности, танцевальности, выразительности и артистизма); 4\ изучение основ структуры танца, построение композиций; 5\ формирование специальных знаний в области хореографии для укрепления здоровья, для прикладного использования в будущей профессиональной деятельности и в быту.

- развивающих: 1\ укрепление здоровья занимающихся путем повышения уровня их физических возможностей; 2\ соразмерное развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, прыгучести, функции равновесия); 3\ развитие ритмической координации; 4\ развития артистизма и эмоциональных качеств; 5\ развитие высших психических функций (памяти, внимания, мышления, воображения и представления).

воспитательных: 1\ содействовать воспитанию у детей трудолюбия, коммуникабельности, дружбы и взаимовыручки, дисциплинированности и ответственности, скромности и требовательности к себе; 2\ воспитывать интерес и потребность к занятиям физическими упражнениями и содержательному досугу; 3\ создавать условия, при которых каждый занимающийся сможет проявить свои способности и развить их; 4\ стремиться создать и сохранить здоровый стабильный коллектив; 5\ привлекать к образовательному процессу родителей и других членов семьи; 6\ воспитывать интерес к педагогической деятельности у старших учащихся; 7\ развивать потребность в здоровом образе жизни; 8\ пропагандировать танцевальную культуру среди школьников; 9\ привитие необходимых гигиенических навыков.

Важной задачей всего курса обучения является воспитание эмоциональности исполнения, умение точно передать специфику народного танца.

Народно-сценический танец служит активным средством патриотического и интернационального воспитания подрастающего поколения.

В условиях школы искусств народно-сценический танец играет большую роль в создании репертуара хореографических отделений, тесно связан со всем циклом танцевальных дисциплин.

Программа построена на соблюдении следующих педагогических принципов:

1. дидактических: воспитывающего обучения, сознательности и активности занимающихся, наглядности, доступности и индивидуализации, прочности и прогрессирования, системности образовательного процесса (включающего цикл дисциплин хореографического искусства); комплексности (взаимосвязи всех ракурсов учебно-воспитательного процесса); преемственности и последовательности (прохождение программного материала по годам обучения с соблюдением усложнения первичных целей и задач, форм, средств и методов подготовки, объемов физической нагрузки, роста сложности видов исполнительской подготовленности); постепенности усложнения материала и суммы знаний об окружающей действительности в контексте народной мудрости; вариативности, (дифференцированный подход к освоению программного материала занятий).

2. методических: учет опережения развитие физических качеств по отношению к технической подготовке, усиленное освоение сложных элементов; соразмерности (оптимальное и сбалансированное развитие физических качеств); сопряженности, поиск средств по одновременному решению несколько задач.

Умение управлять собой - не природный дар, ему тоже следует обучать, нужно воспитывать потребность в саморегуляции в целях самосовершенствования. Это важно, так как участие в конкурсах и концертной деятельности требует умения управлять собой в необычных экстремальных (требующих большого напряжения физических и духовных сил) условиях. Волевая саморегуляция может быть эффективна при условии достаточно высокой идейной, моральной, технической, физической, теоретической подготовленности и создания психической готовности к каждому конкретному конкурсу и выступлению.

## II. Содержание учебного предмета

Срок освоения вариативной части программы - 2 года

Классы	Распределение по годам обучения	
	1	2
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	99	
Максимальное количество часов в неделю (аудиторные)	2	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	99	

Учитывая исторически сложившуюся народную направленность хореографических коллективов отделения, вызвало необходимость в реализации вариативной части программы по предмету "Народно-сценический танец" для расширения и углубления знаний учащихся.

Прогнозируемые результаты обучения.

Формой оценки достижения цели и задач, поставленных в данной программе, являются контрольные испытания по изучаемой дисциплине, результаты выступлений на ежегодных отчетных и конкурсных мероприятиях, других выступлениях танцевального ансамбля "Росток", качественное выполнение движений.

Критериями являются:

- овладение комплексом знаний и умений по предмету "Народно-сценический танец" в соответствии с содержанием программного материала;
- подготовка учащихся, способных достигать достаточный уровень физической выносливости;
- успешная сдача контрольных уроков по предмету;
- активное участие в деятельности танцевального ансамбля;

- наличие достаточного уровня морально-волевых поведенческих качеств учащихся как элемента системы ценностных ориентаций;

- готовность к дальнейшему совершенствованию исполнительского мастерства в профессиональных учебных заведениях по хореографии.

## **Первый год обучения** **Экзерсис на середине зала**

1. Русский поклон:

а) простой поясной на месте (1 полугодие),

б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении (2 полугодие).

2. Основные положения и движения рук:

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

— руки скрещены на груди,

— одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку,

— положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»,

— положения рук в круге:

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звёздочка»,

— движения рук:

а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,

б) раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию),

в) взмахи с платочком,

г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

— простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,

— переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на  $30-45^0$ , 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход,

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

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

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

— шаг с мазком каблуком и вынесением сокращённой стопы на воздух на  $30-45^0$ ,

— комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:



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

5. Подготовка к «веревочке»:

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

6. Подготовка к «молоточкам»:

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

7. Подготовка к «моталочке»:

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

8. «Гармошечка»:

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

9. «Ковырялочки»:

- простая, в пол — 1 полугодие,
- простая, с броском ноги на  $45^0$  и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие,
- «ковырялочка» на  $90^0$  с активной работой корпуса и ноги — 2 полугодие,
- в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.

10. Основы дробных выстукиваний:

- простой притоп,
- двойной притоп,
- в чередовании с приседанием и без него,
- в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопашкой),
- подготовка к двойной дроби — 1 полугодие,
- двойная дробь — 2 полугодие,
- «трилистник» — 1 полугодие,
- «трилистник» с двойным и тройным притопом — 2 полугодие,
- переборы каблучками ног,
- переборы каблучками ног в чередовании с притопами — 2 полугодие.

11. Хлопки и хлопашки для мальчиков:

- одинарные,
- двойные,
- тройные,
- фиксирующие,

— скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).

## 12. Подготовка к присядкам и присядки:

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),
- подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,
- «мячик» по 1 прямой и 1 позициям — 2 полугодие,
- подскоки на двух ногах,
- поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,
- присядки на двух ногах,
- присядки с выносом ноги на каблук,
- присядки с выносом ноги в сторону на  $45^0$  — 2 полугодие.

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

- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve,
- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere,
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблочки,
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на  $45^0$ ,
- подскоки по той же схеме,
- «поджатые» прыжки по той же схеме,
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на  $90^0$  во всех вращениях. Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

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

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

### **Изучаемые танцы:**

*Русские танцы*

*Белорусские танцы*

*Танцы народов Балтии*

## Второй год обучения

Основными задачами этапа является изучение элементов белорусских танцев «Бульба», «Крыжачок», «Крутуха» и танцев народов Балтии.

Элементы белорусского танца.

- 1) основной ход танца "Бульба"(полька "трясучка");
- 2) полька "трясучка" в повороте;
- 3) галоп с вынесением ноги на каблук;
- 4) основной ход танца "Крыжачок";
- 5) поочередные выбрасывания ног вперед на каблук;
- 6) основной ход танца "Крутуха";
- 7) боковой галоп с поворотом на 360 градусов;
- 8) шаг - подскок поочередно разными ногами в повороте на месте;
- 9) присядка по 6-ой позиции с выдвиганием ноги вперед на носок;
- 10) присядка с закладкой на колено;
- 11) в паре, переходы девочки слева - направо и справа - налево от мальчика основным ходом в повороте;
- 12) обвод девочки вокруг мальчика основным ходом.

Танцы народов Балтии.

Основные элементы эстонского танца.

- 1).легкий бег;
- 2).шаги: - с подскоком;  
с вынесением согнутой ноги вперед с одновременным проскальзыванием на другой ноге;  
боковые с подъемом на полупальцы;
- 3).в паре: приседания на одной ноге с отведением другой ноги назад на подушечку(корпус наклонен вперед); 4).повороты в паре на мелких переступаниях;
- 5). полька;
- 6).вальс с пристукиванием одной ногой; 7),прыжки: - с поджатыми ногами;  
- с поворотом на 180 и 360 градусов.

Ожидаемые результаты по этапам:

К концу первого года учащиеся должны знать основные позиции рук и ног, характерные положения корпуса русского танца, основные элементы и сочетание их друг с другом, то есть небольшие комбинации на середине зала.

К концу второго года учащиеся должны знать основные положения корпуса, рук, характерные для белорусского танца и народов Прибалтики, а также более усложненные комбинации русского танца. Основные элементы и комбинации движений данных народностей и небольшие композиции на середине зала.

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

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

знание рисунка народно-сценического танца, особенностей взаимодействия с 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.

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

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

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

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

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

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

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

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

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

### ***Критерии оценок***

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

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

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

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

3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством недочетов , а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс недостатков, являющейся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и не желанием работать над собой
«зачет» (без отметки)	Отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения

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

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

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

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

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

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

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

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

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

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

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

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

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

### ***Основная литература***

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

### ***Дополнительная литература***

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