

Управление культуры, спорта и молодежной политики администрации города Кемерово
Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств №15»

Дополнительная предпрофессиональная общеобразовательная
программа в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»

Предметная область
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО

программа по учебному предмету
ПО.01.УП.05.
«Народно-сценический танец»

2019

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка.....	3
1.1 Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.....	3
1.2 Срок реализации учебного предмета.....	3
1.3 Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Народно- сценический танец».....	4
1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий.....	4
1.5 Цели и задачи учебного предмета.....	5
1.6 Обоснование структуры программы учебного предмета.....	5
1.7 Методы обучения.....	6
1.8 Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.....	6
II. Учебно-тематический план.....	7
III. Содержание учебного предмета.....	52
3.1 Сведения о затратах учебного времени.....	52
3.2 Годовые требования по классам.....	53
IV. Требования к уровню подготовки учащихся.....	91
V. Формы и методы контроля, система оценок.....	92
5.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание.....	92
5.2 Критерии оценки.....	93
VI. Методическое обеспечение учебного процесса.....	94
6.1 Методические рекомендации педагогическим работникам.....	94
VII. Список рекомендуемой методической литературы.....	95

I. Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Народно-сценический танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество». Также, при составлении данной программы был учтён многолетний опыт преподавательской работы с учащимися хореографического отделения ДШИ №15.

Учебный предмет «Народно-сценический танец» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Народно-сценический танец является одним из основных предметов предметной области «Хореографическое исполнительство». Содержание учебного предмета «Народно-сценический танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец».

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

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

1.2 Срок реализации учебного предмета «Народно-сценический танец»

Срок реализации данной программы составляет 6 лет. Программа допускает обучение по предмету в сокращенные сроки, а также по индивидуальным учебным планам с учетом ФГТ. Для детей, не закончивших освоение образовательной программы основного общего образования или среднего (полного) общего образования и планирующих поступление в

образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области музыкального искусства, срок освоения может быть увеличен на один год.

1.3 Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета «Народно-сценический танец».

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

Таблица 1

Нормативный срок обучения – 8 (9) лет

Классы/количество часов	3 – 8 классы						9 класс
	Количество часов						Количество часов
Максимальная нагрузка (в часах)	792						132
Количество часов на аудиторную нагрузку, из них:	792						132
Общее количество часов на аудиторные занятия	924						
из обязательной части учебного плана	330						66
из вариативной части учебного плана	462						66
Классы	3	4	5	6	7	8	9
Недельная аудиторная нагрузка	4	4	4	4	4	4	4
Консультации (для учащихся 3-9 классов)	8	8	8	8	8	8	8
	48 (56 часов)						8

1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповая (от 4 до 10 человек); продолжительность урока – 40 минут. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

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

Цель:

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

Задачи:

- обучить основам народного танца;
- развить танцевальную координацию;
- обучить виртуозности исполнения;
- обучить выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;
- развить физическую выносливость;
- развить умения танцевать в группе;
- развить сценический артистизм;
- развить дисциплинированность;
- сформировать волевые качества.

1.6 Обоснование структуры учебного предмета «Народно-сценический танец»

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с обучающимся.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- учебно-тематический план;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными разделами строится основная часть программы.

1.7 Методы обучения

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающихся);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому обучающемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы при изучении народно-сценического танца в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

1.8 Материально-техническая база МАОУДОД «Детская школа искусств № 15» соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

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

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7 м x 2 м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (баян) в балетном классе;

- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалку для обучающихся и преподавателей.

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

II. Учебно-тематический план

Срок реализации учебного предмета 6 лет. Срок обучения 8 (9) лет

1 год обучения (3 класс)

Таблица 2

№	Наименование раздела, темы	Вид учебног о занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максималь ная учебна я нагрузка	Самостоя тельная работа	Аудитор ные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	Позиции ног: пять открытых: 1, 2, 3, 4, 5 пять прямых и две закрытые. Основные положения ног.	урок	2	-	2
1.2	Позиции рук: Семь позиций и основные положения рук.	урок	2	-	2
1.3	Подготовка к началу движения (preparation): а) движение руки, б) движение руки в координации с движением ноги.	урок	2	-	2
1.4	Переводы ног из позиции в позицию. а) скольжением стопой по полу (battements tendus),	урок	2	-	2

	б) броском работающей ноги на 25-30* (battements tendus jetes), в) поворотом стоп.			
1.5	Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания). по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям (муз. разм. 3/4, 4/4): а) полуприседания (demi-plie), б) полное приседание (grands plie).	урок	4	- 4
1.6	Battements tendus (выведение ноги на носок). Упражнение с напряженной стопой (battements tendus) из 1й прямой позиции на каблук (муз. разм. 4/4) а) перевод ноги с носка на пятку и обратно; б) с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге, в) с полуприседанием в момент возвращения ног в позицию. г) с подъемом пятки опорной ноги	урок	2	- 2
1.7	Battements tendus jetés (маленькие броски). Маленькие броски (battements tendus jetes) вперед, в сторону и назад по 1-й, 5-й открытым позициям (муз. разм. 2/4, 6/8): а) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание, б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги, в) с полуприседанием на опорной ноге, г) с двойными бросками.	урок	4	- 4
1.8	Rond de jambe par terre (круг ногой по полу). а) носком с остановкой в сторону или назад,	урок	4	- 4

	б) ребром каблука с остановкой в сторону или назад.				
1.9	Подготовка к маленькому каблучному.	урок	4	-	4
1.10	Подготовка к «верёвочке», «верёвочка». скольжение работающей ноги по опорной (муз. разм. 2/4, 4/4): а) в открытом положении на всей стопе, б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.	урок	4	-	4
1.11	Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).	урок	4	-	4
1.12	Grands battements jetés (большие броски).	урок	4	-	4
1.13	Развертывание работающей ноги на 45* (battements developpes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (муз. разм. 4/4)	урок	4	-	4
1.14	Relevé (подъем на полупальцы) ногами.	урок	2	-	2
1.15	Port de bras.	урок	2	-	2
1.16	Подготовка к «молоточкам».	урок	2	-	2
1.17	Подготовка к «моталочке».	урок	2	-	2
1.18	Прыжки с поджатыми.	урок	2	-	2
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	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).	урок	2	-	2
2.2	Основные положения и движения рук: — ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись); — руки скрещены на груди;	урок	2	-	2

	<p>— одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щёку.</p> <p>— положения рук в парах:</p> <p>а) держась за одну руку;</p> <p>б) за две;</p> <p>в) под руку;</p> <p>г) «воротца».</p> <p>—положения рук в круге:</p> <p>а) держась за руки;</p> <p>б) «корзиночка»;</p> <p>в) «звёздочка».</p> <p>—движения рук:</p> <p>а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук;</p> <p>б) раскрытия рук в сторону (ладонями наверх в 3 позицию);</p> <p>в) взмахи с платочком;</p> <p>г) хлопки в ладоши.</p>				
2.3	<p>Русские ходы и элементы русского танца:</p> <p>—простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах;</p> <p>—переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на 30-45 градусов, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход;</p> <p>— переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу;</p> <p>— переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног;</p> <p>— тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол;</p> <p>— шаг с мазком каблуком и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45 градусов;</p> <p>— комбинации из основных шагов.</p>	урок	6	-	6
2.4	<p>«Припадание»:</p> <p>— по 1 прямой позиции;</p> <p>— вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие);</p> <p>— 2 полугодие — по 5 позиции;</p> <p>— вокруг себя и в сторону.</p>	урок	4	-	4

2.5	Подготовка к «веревочке»: — без полупальцев, без проскальзывания — 1 полугодие; — с полупальцами, с проскальзыванием — 2 полугодие; — «косичка» (в медленном темпе).	урок	4	-	4
2.6	Подготовка к «молоточкам»: — по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади; — 2 полугодие — без задержки.	урок	2	-	2
2.7	Подготовка к «моталочке»: — по 1 прямой позиции — 1 полугодие с задержкой ноги сзади, впереди; — 2 полугодие — «моталочка» в «чистом» виде.	урок	2	-	2
2.8	«Гармошка»: — начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие; — «лесенка»; — «елочка»; — исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.	урок	2	-	2
2.9	«Ковырялочки»: — простая, в пол — 1 полугодие; — простая, с броском ноги на 45 градусов и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие; — «ковырялочка» на 90 градусов с активной работой корпуса и ноги — 2 полугодие; — в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.	урок	4	-	4
2.10	Основы дробных выстукиваний: — простой притоп; — двойной притоп; — в чередовании с приседанием и без него; — в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопушкой); — подготовка к двойной дроби — 1 полугодие; — двойная дробь — 2 полугодие;	урок	4	-	4

	— «трилистник» —1 полугодие; —«трилистник» с двойным и тройным притопом —2 полугодие; —переборы каблучками ног; —переборы каблучками ног в чередовании с притопами —2 полугодие.			
2.11	Хлопки и хлопушки для мальчиков: —одинарные; —двойные; —тройные; —фиксирующие; —скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).	урок	4	- 4
2.12	Подготовка к присядкам и присядки: —подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позиция); —подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции; —«мячик» по 1 прямой и 1 позиция —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 градусов — 2 полугодие.		4	- 4
	3. Подготовка к вращениям на середине зала			
3.1	- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve; - полуповороты по четвертям круга приемам шаг-releve; - полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки;	урок	4	- 4
3.2	- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов;	урок	4	- 4
3.3	- подскоки по той же схеме;	урок	4	- 4
3.4	- «поджатые» прыжки по той же схеме;	урок	4	- 4

3.5	- подготовка к tours (мужское).	урок	4	-	4
3.6	Во втором полугодии вводится поворот на 90 градусов во всех вращениях.	урок	4	-	4
3.7	Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса: - приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90 градусов, 5, 6, 7, 8 - шаги на месте; - к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180 градусов, 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза; - 2 полугодие – поворот на 4 шага - retere на 180 градусов; - подскоки – разучиваются по той же схеме.	урок	4	-	4
	4. Этюды				
	Этюды малых и больших форм. Изучаемые танцы: Русские танцы		8	-	8
	Контрольный урок (I полугодие)		2	-	2
	Зачет (II полугодие)		2	-	2
	Максимальная учебная нагрузка		132	-	132

2 год обучения (4 класс)

Таблица 3

№	Наименование раздела, темы	Вид учебно-го занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	Demi-pliés и grand-pliés (полуприседания и полные приседания). Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и	урок	4	-	4

	1-й прямой. а) с подъемом на полупальцы; б) с подъемом на полупальцы и наклонными корпусом.				
1.2	Battements tendus (скольжение стопой по полу). а) Battements tendus с ударом работающей ноги об пол.	урок	4	-	4
1.3	Battements tendus jetés (маленькие броски). а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад, б) с одновременным ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад, в) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) с ударом каблук опорной ноги в полуприседании.	урок	4	-	4
1.4	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу). а) носком с остановкой в сторону или назад, б) ребром каблука с остановкой в сторону или назад	урок	2	-	2
1.5	Flic-flac (мазок ногой к себе, от себя).	урок	4	-	4
1.6	Маленькое каблучное. а) со скользящим ударом полупальцами работающей ноги; б) с переступаниями на полупальцах; в) с «ковырялочкой»	урок	4	-	4
1.7	Большое каблучное.	урок	4	-	4
1.8	Повороты стопы (Pas tortille) зигзаги: а) одинарные, б) двойные.	урок	2	-	2
1.9	Подготовка к «Веревочке» а) с подъемом на полупальцы; б) с поворотом согнутой в колене	урок	4	-	4

	ноги к станку и от станка.				
1.10	«Веревочка».	урок	4	-	4
1.11	Подготовка к battements fondus. Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45* (Battement fondu) низкие медленные и быстрые: а) на всей стопе, б) с подъемом на полупальцы.	урок	4	-	4
1.12	Battement developpe Раскрытие ноги на 90* с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад. (плавные, резкие).	урок	4	-	4
1.13	Дробные выстукивания по 1 прямой позиции: а) всей ступней одинарные удары всей ступней поочередно одной и другой ногой; б) одинарные удары всей ступней с подъемом пятки опорной ноги. в) одинарные удары всей ступней с подскоком на опорной ноге; г) одинарные удары всей ступней с подскоком и переступаниями.	урок	4	-	4
1.14	Растяжка из 1-й открытой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, лицом к станку.	урок	2	-	2
1.15	Grand battement jete Большие броски с падением на работающую ногу по 5-ой открытой позиции вперед, в сторону и назад: а) с опусканием ноги на пятку и полуприседанием на опорной ноге б) с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги, в) с двумя ударами стопой и	урок	4	-	4

	полупальцами опорной ноги.				
1.16	Движения, изучаемые лицом к станку Relevé-pliés (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).	урок	2	-	2
1.17	Relevé-plié (с оттяжкой от станка на каблучках назад по 1 прямой позиции).	урок	2	-	2
1.18	«Волна».	урок	2	-	2
1.19	Подготовка к «штопору».	урок	2	-	2
1.20	Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.	урок	2	-	2
1.21	Подготовка к «сбивке».	урок	4	-	4
1.22	Для мальчиков: а) подготовка к присядкам; б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону; в) мячик боком к станку; г) с выведением ноги вперед.	урок	2	-	2
1.23	Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.	урок	2	-	2
1.24	Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.	урок	2	-	2
1.25	С выходом во вторую позицию широкую на каблучки.	урок	2	-	2
1.27	«Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.	урок	2	-	2
1.28	«Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.		2	-	2
1.29	Прыжки: а) поджатые в сочетании с temps levé sauté; б) «итальянский» shangements de pieds.	урок	2	-	2
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	Русский поклон:	урок	2	-	2

	<p>а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);</p> <p>б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).</p>				
2.2	<p>Основные положения и движения русского танца:</p> <p>а) переводы рук из одного основного положения в другое:</p> <ul style="list-style-type: none"> — из подготовительного положения в первое основное; — из первого основного положения в третье; — из первого основного во второе; — из третьего положения в четвертое (женское); — из третьего положения в первое; — из подготовительного положения в четвертое. <p>б) движение рук с платочком:</p> <ul style="list-style-type: none"> — взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции); — то же самое из положения — скрещенные руки на груди; — работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции; — всевозможные взмахи и качания платочком; — прищелкивания пальцами. <p>Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой.</p>	урок	2	-	2
2.3	<p>Положения рук в парах:</p> <ul style="list-style-type: none"> — под «крендель»; — накрест; — для поворота в положении «окошечко»; — правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть. 	урок	2	-	2

2.4	Положение рук в рисунках танца: — в тройках; — в «цепочках»; — в линиях и в колоннах; — «воротца»; — в диагоналях и в кругах; — «карусель»; — «корзиночка»; — «прочесы».	урок	2	-	2
2.5	Ходы русского танца: — простой переменный ход на полупальцах; — тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена; — шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом); — шаг-удар с небольшим приседанием одновременно; — шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию; — то же самое с подъемом на полупальцах; — ход с каблучка с мазком каблуком; — ход с каблучка простой; — ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании; — «бегущий» тройной ход на полупальцах; — простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад; — тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад; — бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции; — такой же бег с различными ритмическими акцентами; — комбинации с использованием изученных ходов. — аналогично с поворотом	урок	4	-	4

	корпуса.				
2.6	Припадания: — припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали; — с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.	урок	2	-	2
2.7	«Веревочка»: а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах); б) «косыночка»; в) простая «веревочка» – первое полугодие; г) двойная «веревочка» – второе полугодие; д) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук – второе полугодие.	урок	4	-	4
2.8	8. «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции.	урок	2	-	2
2.9	«Моталочка» в сочетании с движениями рук.	урок	2	-	2
2.10	Все виды «гармошечек»: —«лесенка»; —«елочка» в сочетании с plé полупальцами с приставными шагами и припаданиями.	урок	2	-	2
2.11	«Ковырялочка»: —с отскоком и броском ноги на 30 градусов; — с броском на 60 градусов; — с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук; — то же самое с переступаниями на опорной ноге. — с выходом на каблуки в широкую вторую позицию; — с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону; — с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад;	урок	4	-	4
2.12	Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции: — простые (до щиколотки); — простые (до уровня колена); — с ударом по 1 прямой позиции;	урок	2	-	2

	— двойные (до уровня колена с ударом); — с продвижением в сторону.			
2.13	Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук: — простые; — с двойным перебором.	урок	2	2
2.14	Дробные движения: — двойные притопы; — тройные притопы; — аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону; — притопы в продвижении; — притопы вокруг себя; — ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов; — простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении); — простые переборы каблучками; — переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке; — переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса); — «трилистник» с притопом; — двойная дробь с притопом; — двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на 45 градусов; — тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями); — «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный; — «ключ» простой.	урок	4	4

2.15	Полуприсядки: — простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову; — с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук; — с выносом ноги на 45 градусов; — с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену;	урок	2	-	2
	4. Этюды				
4.1	Белорусский народный танец. На втором году обучения изучаются элементы белорусского танца «Крыжачок» Элементы танца «Крыжачок» 1. Притопы одинарные. 2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте. 3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции. 4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад 5. Основной ход «Крыжачка» и (с поворотом). 6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. 7. Тройные притопы с поклоном. 8. Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков). 9. «Веревочка» с переступаниями. 10. Кружение с припаданием.	урок	8	-	8
	Контрольный урок (I полугодие)		2	-	2
	Зачет (II полугодие)		2	-	2
	Максимальная учебная нагрузка		132	-	132

3 год обучения (5 класс)

Таблица 4

№	Наименование раздела, темы	Вид учебног о занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максималь ная учебна я нагрузка	Самостоя тельная работа	Аудитор ные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).	урок	2	-	2
1.2	Battements tendus (скольжение ногой по полу) .	урок	2	-	2
1.3	Battemets tendus jetés (маленькие броски).	урок	2	-	2
1.4	Pas tortillé (повороты «стоп», одинарные и двойные).	урок	2	-	2
1.5	Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).	урок	4	-	4
1.6	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).	урок	2	-	2
1.7	Маленькое каблучное.	урок	2	-	2
1.8	Большое каблучное.	урок	4	-	4
1.9	Battemets fondus (мягкий, тающий).	урок	4	-	4
1.10	Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).	урок	2	-	2
1.11	«Веревочка».	урок	4	-	4
1.12	Дробные выстукивания.	урок	4	-	4
1.13	Grands battements jetes (большие броски ногой).	урок	2	-	2
1.14	Упражнения лицом к станку Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.	урок	2	-	2
1.15	Подготовка к «качалочке» и «качалочка».	урок	2	-	2
1.16	Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.	урок	2	-	2
1.17	«Качалочка» простая, в раскладке.	урок	2	-	2
1.18	«Качалочка» с акцентом.	урок	2	-	2

1.19	«Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.	урок	2	-	2
1.20	«Качалочка с выведением ноги на каблук.	урок	2	-	2
1.21	Прыжковые «голубцы»: — с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция); — тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка; — низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца; — прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.	урок	4	-	4
1.22	Подготовка к «сбивке», «сбивка».	урок	2	-	2
1.23	Подготовка к прыжку attitude назад.	урок	2	-	2
1.24	Подготовка к «моталочке» с отскоком.	урок	2	-	2
1.25	Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на 30 градусов, на 90 градусов — второе полугодие.	урок	2	-	2
1.26	Присядка с выносом ноги на воздух на 45 и на 90 градусов.	урок	2	-	2
1.27	Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45 и 90 градусов.	урок	2	-	2
1.28	Подготовка к revoltade. Исходное положение — нога сзади в 4 позиции на носке.	урок	2	-	2
1.29	Опускание на колено в характере украинского танца, а также переход с колена на колено. Отработка прыжка «бедуинский».	урок	2	-	2
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	Экзерсис на середине зала Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.	урок	2	-	2
2.2	Усложняются манипуляции с платочком: — платочек натянутый за	урок	4	-	4

	<p>кончики, исполняются круговые движения; —полуокружности перед собой вправо и влево; —взмахи на вращениях из первой в третью позицию; —используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали; —движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах; —изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».</p>				
2.3	<p>Виды русских ходов и поворотов: —простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий; —«боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад; —широкий шаг-«мазок» на 45 и 90 градусов с сокращенным подъемом, с plié и на plié; — боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на 45 и 90 градусов в сторону; — хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях; — переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца. — ходы с каблучков: а) простые, на вытянутых ногах; б) акцентированные, под себя в plié; в) с выносом на каблук вперед. — боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой</p>	урок	4	-	4

	<p>платком;</p> <p>— боковые припадания с поворотами;</p> <p>— припадания по линии круга с работой рук;</p> <p>— бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом;</p> <p>— бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом;</p> <p>— повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук;</p> <p>— повороты с выносом ноги на каблук, приемом <i>shainé</i>, приемом перескок (высокий);</p> <p>— тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук);</p> <p>— повороты с «ковырялочкой»;</p> <p>— повороты с «молоточками»;</p> <p>— повороты приемом «каблучки», «поджатые»;</p> <p>— повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».</p>				
2.4	<p>«Веревочки»:</p> <p>— простая в повороте;</p> <p>— двойная в повороте;</p> <p>— с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию;</p> <p>— всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.</p>	урок	4	-	4
2.5	<p>«Ковырялочки»:</p> <p>— простые;</p> <p>— в повороте на 90 градусов, со сменой ног;</p> <p>— с отскоком и продвижением</p>	урок	4	-	4

	<p>вперед;</p> <ul style="list-style-type: none"> — с отскоком и большим броском на 90 градусов; — в сочетании с различными движениями русского танца; — воздушные на 30, 45, 90 градусов; — в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца. 				
2.6	<p>«Моталочки»:</p> <ul style="list-style-type: none"> — простая; — простая в повороте по четвертям круга, на 90 градусов с использованием бросков ноги приемом <i>jetés</i> с вытянутым и сокращенным подъемом; — с перекрестным отходом назад или в позу; — с остановкой в 5 позицию на полупальцах; — с использованием переступаний через положение <i>reteré</i> при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций; — в трюковых диагональных вращениях. 	урок	4	-	4
2.7	<p>«Гармошечки»:</p> <ul style="list-style-type: none"> — простая на вытянутых ногах и на <i>demi plié</i>, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко; — в повороте, в диагональном рисунке с руками; — в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление; — с чередованием приставных шагов, с <i>pas degajé</i>, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек. 	урок	2	-	2
2.8	<p>Припадания:</p> <ul style="list-style-type: none"> — боковые с двойным ударом спереди; — вокруг себя по два, по четыре 	урок	2	-	2

	припадания, по четвертям круга.				
2.9	Перескоки и «подбивки»: <ul style="list-style-type: none"> —перескоки в повороте; —перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте); —неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции; —поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад; —подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие). 	урок	4	-	4
2.10	Дробные выстукивания: <ul style="list-style-type: none"> —двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой; —синкопированные проскальзывания с приведением ноги на <i>reteréu</i> колена невыворотню; —соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно; —соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой: <ul style="list-style-type: none"> а) неоднократные удары; б) с притопом и сменой левой и правой ног. —двойная дробь с «ускорением»; —двойная дробь с притопами и разворотами корпуса; —двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце; —«ключ» с использованием двойной дроби. 	урок	4	-	4
2.11	Присядки: <ul style="list-style-type: none"> —присядка с «ковырялочкой»; —присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади; —подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками 	урок	2	-	2

	<p>перед собой; —«гусиный шаг»; —«ползунок» вперед и в сторону на пол.</p>				
2.12	<p>Прыжки: —прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте; —прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам; —прыжок с ударами по голенищу спереди; —«лягушка».</p>	урок	4	-	4
	4. Этюды				
4.1	<p>Украинский народный танец Элементы украинского народного танца (муз. разм. 2/4, 4/4)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Позиции и положения ног. 2. Позиции и положения рук. 3. Простые повороты на месте без рук и с руками (женские и мужские). 4. Притоп. 5. «Веребочка»: <ol style="list-style-type: none"> а) простая; б) с переступаниями; в) в повороте; г) двойная. 6. «Дорожка простая» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом. 7. «Дорожка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении. 8. «Выхиястник» (ковырялочка): <ol style="list-style-type: none"> а) «выхиястник с угинанием» (ковырялочка с открыванием ноги). 9. «Бигунец». 10. «Голубец» на месте, с продвижением в сторону и с 	урок	6	-	6

	<p>притопами,</p> <p>11. Медленный женский ход.</p> <p>12. Ход назад с остановкой на третьем шаге.</p> <p>13. «Тынок» (перескок с ноги на ногу).</p> <p>14. «Похид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед).</p> <p>15. «Выступцы», подбивание одной ногой другую.</p> <p>16. «Разножка» в сторону на ребро каблука (для мальчиков).</p> <p>17. «Ястреб» - прыжок с поджатыми ногами по 1-ой открытой позиции.</p>				
4.2	<p>Молдавский народный танец</p> <p>Элементы молдавского народного танца (муз. разм. 2/4, 4/4, 6/8)</p> <p>1. Положения ног.</p> <p>2. Положения рук в сольном и массовом танцах.</p> <p>3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).</p> <p>4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.</p> <p>5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.</p> <p>6. Припадание (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.</p> <p>7. Ход на одну ногу с прыжком.</p> <p>8. Боковой ход с каблука.</p> <p>9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.</p> <p>10. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх 30* в перекрещенное положение.</p> <p>11. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг</p>	урок	6	-	6

	<p>себя и с продвижением в сторону.</p> <p>12. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.</p> <p>13. Вращения в паре внутрь и наружу на подскоках.</p> <p>14. Прыжок с поджатыми ногами.</p> <p>15. «Ключ» молдавский (носок-каблук, носок-каблук разными ногами, соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами).</p> <p>16. Тройные переборы ногами.</p> <p>17. Подъем девушки за талию на месте и с переносом.</p>		
4.3	<p>Итальянский сценический танец «Тарантелла» Элементы танца (муз. разм. 6/8)</p> <p>1. Положение ног, характерные для танца.</p> <p>2. Положение рук в танце.</p> <p>3. Движения рук с тамбурином: а) удары пальцами и тыльной стороной ладони; б) мелкие непрерывные движения кистью «трель».</p> <p>4. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).</p> <p>5. Шаг с ударом носком по полу (pignes) с полуповоротом корпуса, с продвижением назад: а) с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опроне ноге, на месте и с продвижением назад.</p> <p>6. Бег тарантеллы (Pas emboites)</p>	урок	6 - 6

<p>на месте и с продвижением вперед.</p> <p>7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене (Pas ballonne).</p> <p>8. Перескоки с ноги на ногу.</p> <p>9. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте.</p> <p>10. Соскок двумя ногами во 2-ую свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой на крест другой.</p> <p>11. Маленькие броски с поочередными ударами носком и каблуком по полу.</p> <p>12. Маленький прыжок на одну ногу вперед с одновременным откидыванием другой согнутой ноги на 45* и 90* на месте и с продвижением</p> <p>13. Бег вперед с подскоком.</p> <p>14. Тройные переступания с ноги на ногу (Pas balance).</p> <p>15. Повороты внутрь и наружу (en dehors, en dedan):</p> <p>а) поочередные переступания по 5-й свободной позиции на полупальцах в полуприседании;</p> <p>б) на одной ноге, с другой вытянутой стопой у щиколотки спереди или сзади в открытом положении (en dehors, en dedan).</p>		
Контрольный урок		2 - 2
Промежуточный экзамен		2 - 2
Максимальная учебная нагрузка		132 - 132

4 год обучения (6 класс)

Таблица 5

№	Наименование раздела, темы	Вид учебног о занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максималь ная учебна я нагрузка	Самостоя тельная работа	Аудитор ные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	1. Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).	урок	2	-	2
1.2	2. Battements tendus (скольжение ногой по полу).	урок	2	-	2
1.3	3. Pas tortilla (развороты стоп).	урок	2	-	2
1.4	4. Battements tendus jetes (маленькие броски).	урок	2	-	2
1.5	5. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).	урок	2	-	2
1.6	6. Большое каблучное.	урок	2	-	2
1.7	7. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).	урок	2	-	2
1.8	8. «Веребочка».	урок	2	-	2
1.9	9. Battemets developpe.	урок	2	-	2
1.10	10. Дробные выстукивания.	урок	2	-	2
1.11	11. Grands battements jetes (большие броски).	урок	2	-	2
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	Экзерсис на середине зала «Глубокий поклон»: а) ниже пояса; б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.	урок	2	-	2
2.2	Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).	урок	2	-	2
2.3	Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.	урок	2	-	2
2.4	Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.	урок	2	-	2
2.5	Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении	урок	2	-	2

	вперед и включением работы рук и корпуса.				
2.6	Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.	урок	2	-	2
2.7	Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.	урок	2	-	2
2.8	Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.	урок	2	-	2
2.9	Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.	урок	2	-	2
2.10	Шаг с «приступкой» (с приставкой).	урок	2	-	2
2.11	Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.	урок	2	-	2
2.12	Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).	урок	2	-	2
2.13	Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.	урок	2	-	2
2.14	Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с продвижением вперед).	урок	2	-	2
2.15	Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».	урок	2	-	2
2.16	Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».	урок	2	-	2
2.17	Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.	урок	2	-	2
2.18	«Веребочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.	урок	2	-	2
2.19	«Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.	урок	2	-	2
2.20	«Моталочка» на demi plie синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах.	урок	2	-	2
2.21	«Ковырялочка» с отскоками.	урок	2	-	2
2.22	«Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.	урок	2	-	2

2.23	Дробные выстукивания: а) «ключ» дробный, сложный; б) «Ключ» дробный, сложный в повороте; в) «Ключ» хлопучечный; г) три дробные дорожки с заключительным ударом; д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу; е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте; ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед; з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.	урок	2	-	2
2.24	Дроби в характере народных танцев Поволжья.	урок	2	-	2
2.25	Хлопушки мужские: а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках; б) удары двумя руками по голенищу одной ноги; в) удар по голенищу вытянутой ноги; г) хлопушки на поворотах; д) «ключ» с хлопушкой.	урок	2	-	2
2.25	Трюковые элементы (мужские): а) «разножка» в воздухе; б) «щучка» с согнутыми ногами; в) «крокодильчик»; г) «коза»; д) «бочонок».	урок	2	-	2
	3. Вращения на середине зала				
3.1	Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблучки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes). - Приемom plie-releve (два на месте, третий –plie-подготовка, четвертый –вращение) –1 полугодие –двойное вращение за	урок	2	-	2

	4-м разом. - Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения). Приемом plie-каблучки (аналогичная схема изучения). - Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения). Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.				
3.2	Припадания мелкие, быстрые.	урок	2	-	2
3.3	Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), без пауз, но в медленном темпе –1 полугодие. То же самое вращение в нормальном темпе –2 полугодие. Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere невыворотнo, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы –2 полугодие.	урок	2	-	2
3.4	«Обертас» по 1 прямой позиции –1 полугодие. «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом –2 полугодие. «Обертас» с rond на 45 градусов –1 полугодие, на 90 градусов - конец 2 полугодия.	урок	2	-	2
3.5	Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.	урок	2	-	2
3.6	Вращения для мальчиков: а) tours, б) pirouettes.	урок	2	-	2
3.7	Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.	урок	2	-	2
	3. Вращения по диагонали класса				
3.8	Tour-pique в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.	урок	2	-	2

3.9	- Бег с выбрасыванием правой ноги вперед. - Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) –1 полугодие, поворот за один бег – 2 полугодие.	урок	2	-	2
3.10	- Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках –2 полугодие. - Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках. - Большой «блинчик» в сочетании с shaine. - Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».	урок	2	-	2
3.11	Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.	урок	2	-	2
3.12	Мужские вращения с использованием пройденного материала.	урок	2	-	2
	3. Вращения по кругу				
3.13	Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.	урок	2	-	2
3.14	Подскоки, вращение за один шаг.	урок	2	-	2
3.15	Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.	урок	2	-	2
3.16	Большие «блинчики», аналогично.	урок	2	-	2
3.17	Бег по 1 прямой позиции.	урок	2	-	2
3.18	Бег с выбрасыванием ноги вперед.	урок	2	-	2
3.19	«Шаг-каблук», вращение за один шаг.	урок	2	-	2
3.13	Точ-риче в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.	урок	2	-	2
3.20	Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку». Мужские	урок	2	-	2

	трюковые вращения.				
	4. Этюды				
4.1	<p>Узбекский народный танец Элементы узбекского народного танца (муз. разм. 4/4)</p> <p>1. Положения ног 2. Положения рук 3. Поклон 4. Движения кистей рук: а) сгибания и разгибания в запястьях; б) с поворотами в запястье внутрь и наружу; в) щелчки пальцами; г) хлопки в ладоши. 5. Движения рук: а) плавные переводы рук в различные положения; б) резкие акцентированные махи; в) сгибания и разгибания от локтя; г) волнообразные движения от плеча. 6. Движения плеч поочередные и одновременные: а) вперед, назад; б) короткие – вниз, вверх; в) круговые движения; г) быстрые движения (рез) - дрожание. 7. Движения головы из стороны в сторону 8. Ходы: а) шаг вперед с последующими скользящими шагами; б) поочередные переступания (одна нога на полной стопе другая на полупальцах). 9. «Гамошка» 10. Опускания на колени: а) на одно; б) на оба. 11. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед.</p>	урок	4	-	4
4.2	<p>Польский народный танец Элементы польского народного танца «Мазурка» (муз. разм. 3/4)</p>	урок	4	-	4

	<p>1. Позиции и положения ног 2. Положения рук в танце 3. Волнообразное движение руки 4. «Ключ» - удар каблуками а) одинарный; б) двойной. 5. Шаг в сторону вполуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции (pas balance) 6. «Голубец» - подбивание ноги подряд в сторону 7. «Перебор» - 3-и переступания на месте по 1-й прямой позиции 8. Основной ход мазурки (pas gola) 9. Легкий бег (pas mrehe) 10. Скольжение одной ногой с подбиванием другой 11. Уступающий переход (dos a dos) на различных движениях 12. Опускание на колено: а) с шага; б) с выпадом. 13. Обвод девушки за руку: а) стоя на колене; б) стоя на выпаде. 14. Вращение в паре внутрь (en dedan) 15. «Кабриоль» в сторону на 45* в прямом положении 16. «Обертас» - растяжка назад в полном приседании (мужское) 17. Заключение – простое и двойное Освоение технических приемов для прыжков и вращений 1. Прыжки на двух ногах, на одной ноге (по 1 и 8 прыжков с поджатыми ногами) 2. Подскоки по диагонали с поворотом, на одном месте</p>		
4.3	<p>Венгерский народный танец Элементы венгерского народного танца (муз. разм. 4/4) 1. Положения ног 2. Положения рук</p>	урок	2 - 2

<p>3. «Ключ» - удар каблуками: а) одинарный; б) двойной.</p> <p>4. Заключение (усложненный «ключ»): а) одинарный; б) двойной.</p> <p>5. Шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance)</p> <p>6. Перебор – три переступания на месте с открыванием ноги на 35*</p> <p>7. «Веревочка» на месте, с продвижением назад и в повороте</p> <p>8. Развертывание ноги (battement developpe) вперед в полуприседании: а) с последующими шагами; б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.</p> <p>9. «Голубец»: а) простой с подбиванием ноги в сторону; б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.</p> <p>10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции</p> <p>Техника прыжков и вращений Муз. Разм. 2/4</p> <p>1. Пируэт из 5-й открытой позиции внутрь и наружу (en dedan, en dehors)</p> <p>2. Воздушный тур</p> <p>3. Пируэт на каблуках</p> <p>4. Вращение с отбрасыванием ног назад</p> <p>5. «Щучка» с прямыми ногами и согнутыми ногами</p> <p>6. «Кольцо»</p> <p>7. «Пистолет»</p> <p>8. «Разножка» в воздухе</p> <p>Движения «Щучка», «Кольцо», «Пистолет» и «Разножка» в воздухе, проходят факультативно по усмотрению педагога.</p>		
Контрольный урок (I полугодие)		2 - 2

	Зачет (II полугодие)		2	-	2
	Максимальная учебная нагрузка		132	-	132

5 год обучения (7 класс)

Таблица 6

№	Наименование раздела, темы	Вид учебног о занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максималь ная учебна я нагрузка	Самостоя тельная работа	Аудитор ные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	Demi plié и grand plié (полуприседания и приседания).	урок	2	-	2
1.2	Battements tendus (скольжение ногой по полу).	урок	4	-	4
1.3	Pas tortillé(развороты стоп).	урок	2	-	2
1.4	Battemets tendus jeté (маленькие броски).	урок	4	-	4
1.5	Flic-flac (мазок к себе от себя).	урок	4	-	4
1.6	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).	урок	2	-	2
1.7	Маленькое каблучное.	урок	2	-	2
1.8	Большое каблучное.	урок	4	-	4
1.9	Battemets fondus (мягкое, тающее движение).	урок	4	-	4
1.10	«Веревоочка».	урок	4	-	4
1.11	Battment développé.	урок	2	-	2
1.12	Дробные выстукивания.	урок	4	-	4
1.13	Grands battements jetes (большие броски ногой).	урок	2	-	2
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	«Праздничный поклон».	урок	2	-	2
2.2	Припадания накрест (быстрое).	урок	2	-	2
2.3	Ускоренная «гармошечка» (без plié) вокруг себя;	урок	2	-	2
2.4	Простая и двойная с поворотом на 360 градусов в приседании на полупальцах и на вытянутых	урок	2	-	2

	ногах;				
2.5	«Моталочка» с поворотом.	урок	2	-	2
2.6	Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.	урок	2	-	2
2.7	Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различном ритмическом рисунке.	урок	2	-	2
2.8	Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие им движения рук.	урок	4	-	4
2.9	Дробные выстукивания в характере танца «Матаня» и «хлопушки».	урок	4	-	4
2.10	Трюки мужского характера: - «кольцо»; - «пистолет»; - «экскаватор»; - «циркуль»; - «Склепка»; - «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы; - «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).	урок	4	-	4
	3. Вращения на середине зала				
3.1	Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.	урок	2	-	2
3.2	Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.	урок	2	-	2
3.3	Вращение по 2 позиции невыворотом, стремительно.	урок	2	-	2
3.4	Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.	урок	2	-	2
3.5	Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.	урок	2	-	2
	3. Вращения по диагонали зала				
3.6	Shaine: - Shaine в сочетании с вращением	урок	4	-	4

	на мелких переступаниях в demi plie; - Shaine в сочетании с вращением на каблучок; - То же с двойным вращением –2 полугодие;				
3.7	Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов –1 полугодие и 90 градусов –2 полугодие.	урок	4	-	4
3.8	Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).		4	-	4
3.9	Вращения в характере пройденных национальных танцев.	урок	2	-	2
3.10	Вращения мужские с использованием трюковых элементов.	урок	2	-	2
	3. Вращение по кругу зала				
3.11	Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.	урок	4	-	4
3.12	Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.	урок	4	-	4
3.13	Вращения в характере изученных национальностей.	урок	4	-	4
	4. Этюды				
4.1	Региональные танцы	урок	8	-	8
4.2	Татарские танцы	урок	8	-	8
4.3	Болгарский народный танец Элементы болгарского народного танца Основные движения 2. Вперед и в сторону 3. Подскоки и ножницы 4. Крестом и подскоки 5. Подскоки с переступаниям	урок	8	-	8

<p>6. Мелкие переступания 7. Ход вперед и отскоки назад 8. Ход назад с подтягиванием 9. С пятки на ступню 10. Поворот на пятках 11. Типа балансе 12. Балансе с махом 13. Па де бурре 14. Ключ 15. Чередуя на пятку 16. На одной ноге с ударом 17. Широкие шаги 18. Высокие броски 19. Скольжение с подскоком 20. Проскальзывание 21. Переменный ход 22. Перескок на одну ногу 23. Боковые шаги на подскоках 24. Шаг с подскоком 25. Шаг одной ногой 26. Комбинированное 27. Присядка 28. Ситно 29. Соедини колени 30. Перескоки с мазком 31. Проскальзывание 32. Круговое по воздуху 33. Три удара 34. Опускание на колено 35. Удар об пол всей стопой 36. Круговое движение ногой 37. Скочи-хопа 38. На присогнутых коленях 39. С проскальзыванием назад 40. Ход влево и назад 41. Перекрестный ход 42. С ударами пяткой об пол 43. С продвижением назад 44. С маленьким прыжком 45. Комбинация на 2 такта 46. Шаги с ногой об ногу</p>			
Контрольный урок			2 - 2

	Зачет		2	-	2
	Максимальная учебная нагрузка		132	-	132

6 год обучения (8 класс)

Таблица 7

№	Наименование раздела, темы	Вид учебног о занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максималь ная учебна я нагрузка	Самостоя тельная работа	Аудитор ные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	Demi plié и grand plié (полуприседания и приседания).	урок	4	-	4
1.2	Battements tendus (скольжение ногой по полу).	урок	4	-	4
1.3	Pas tortillé(развороты стоп).	урок	2	-	2
1.4	Battemets tendus jeté (маленькие броски).	урок	4	-	4
1.5	Flic-flac (мазок к себе от себя), на материале цыганского танца.	урок	4	-	4
1.6	Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).	урок	4	-	4
1.7	Большое каблучное.	урок	4	-	4
1.8	Battemets fondus (мягкое, тающее движение).	урок	4	-	4
1.9	«Веревочка».	урок	4	-	4
1.10	Battment développé.	урок	2	-	2
1.11	Дробные выстукивания.	урок	4	-	4
1.12	Grands battements jetes (большие броски ногой).	урок	4	-	4
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	Поклон в выбранном национальном характере.	урок	2	-	2
2.2	Ускоренная «гармошечка» (без plié) в сочитании с degagé.	урок	2	-	2
2.3	«Веревочки»: —простая, с подскоком на одной ноге, другая – на щиколотке	урок	4	-	4

	<p>вперед, исполняются развороты бедра;</p> <p>—простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены;</p> <p>—двойная, аналогично исполнению простой –2 полугодие;</p> <p>—три веревочки и подскок с поджатыми ногами;</p> <p>—в сочетании со всевозможными приемами поворотов;</p> <p>—на основе национального характера.</p>				
2.4	«Моталочка» - «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.	урок	4	-	4
2.5	Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.	урок	2	-	2
2.6	Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.	урок	4	-	4
2.7	Ход с подбивкой и продвижением вперед.	урок	2	-	2
2.8	Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.		2	-	2
2.9	Шаг-бег с наклоном в корпусе.	урок	2	-	2
2.10	Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном корпуса (руки присогнуты и движутся вдоль корпуса).	урок	2	-	2
2.11	Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).	урок	2	-	2
2.12	«Хлопушки» и «закладки»: - «закладка» на месте; - «закладка» в продвижении; - «хлопушки» в характере	урок	2	-	2

	пройденных национальных танцев.				
2.13	Трюки мужского характера: - «экскаватор»; - «циркуль»; - «склепка»; - «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы. - «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).	урок	2	-	2
	3. Вращения на середине зала				
3.1	1. Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблочки (с выходом на двойное вращение на каблочки).	урок	2	-	2
3.2	2. Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.	урок	2	-	2
3.3	3. Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 45 градусов, подъем сокращен –1 полугодие, на 90 градусов – второе полугодие.	урок	2	-	2
3.4	4. Вращения с использованием движений из национальных танцев.	урок	2	-	2
3.5	5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.	урок	2	-	2
	3. Вращения по диагонали зала				
3.6	Shaine: - Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотом; - То же, с двойным вращением –2 полугодие; - Мелкие переборы каблочками («триоли») в повороте.	урок	4	-	4
3.7	Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов –1 полугодие и 90 градусов –2 полугодие.	урок	4	-	4

3.8	Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).	урок	2	-	2
3.9	Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и раг тегге «ковырлячек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.	урок	4	-	4
3.10	Вращения в характере пройденных национальных танцев.	урок	4	-	4
3.11	Вращения мужские с использованием трюковых элементов.	урок	4	-	4
	3. Вращения по кругу зала				
3.12	Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала, с остановками в различные позы, соответствующие изучаемым народностям, используя предметы атрибутики данного танца.	урок	2	-	2
3.13	Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах с активной работой рук и резкой сменой направления вращения.	урок	2	-	2
	4. Этюды				
4.1	Русские танцы	урок	4	-	4
4.2	Танцы народов Севера	урок	6	-	6
4.3	Цыганский народный танец Элементы цыганского народного танца (муз. разм. 2/4) 1. Боковой ход. 2. Выпад на ногу, прыжок и переступания. 3. Наклоны и перегибы корпуса. 4. Шаги с поворотом. 5. Прыжок, переменные шаги с хлопками.	урок	6	-	6

6. Хлопушка. 7. Повороты с прыжком и хлопками. 8. Чечетка. 9. Соскоки. 10. Бег. 11. Хлопки по коленям. 12. Переступания на полупальцах по 3-й позиции. 13. Беглый шаг.			
Контрольный урок		2	- 2
Выпускной экзамен		2	- 2
Максимальная учебная нагрузка		132	- 132

7 год обучения (9 класс)

Таблица 8

№	Наименование раздела, темы	Вид учебно-образовательных занятий	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
	1.Экзерсис у станка				
1.1	Приседания: полуприседания и полные приседания (Plie)	урок	4	-	4
1.2	Упражнения на развитие подвижности стопы (Battement tendu)	урок	4	-	4
1.3	Маленькие броски (Battement tendu jete)	урок	4	-	4
1.4	Круговые движения ног (Rond de jambe par terre)	урок	4	-	4
1.5	Каблучные упражнения	урок	6	-	6
1.6	Низкие и высокие развороты ноги (Battement fondu)	урок	6	-	6
1.7	Веревочка	урок	6	-	6
1.8	Упражнения с ненапряженной стопой (Флик фляк)	урок	6	-	6
1.9	Adagio	урок	6	-	6
1.10	Дробные выстукивания	урок	6	-	6

1.11	Большие броски (Grand battement jete)	урок	6	-	6
	2. Экзерсис на середине зала				
2.1	Танцевальные ходы	урок	10	-	10
2.2	«Веревочка»	урок	6	-	6
2.3	Маятникообразные движения по типу «моталочка»	урок	6	-	6
2.4	Движения на прыжковой подмене опорной ноги «подбивка»	урок	6	-	6
2.5	Дробные движения	урок	6	-	6
2.6	Присядки	урок	4	-	4
2.7	Хлопки и хлопушки	урок	4	-	4
2.8	Прыжковые движения		4	-	4
	3. Вращения				
3.1	Вращения на середине зала	урок	6	-	6
3.2	Вращения по диагонали зала	урок	6	-	6
3.3	Вращения по кругу зала	урок	6	-	6
	4.Этюды				
	Испанский народный танец Элементы испанского народного танца (муз. разм. 3/4) 1. Положения ног. 2. Положения рук. 3. Переводы рук в различные положения. 4. Ходы: а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское); б) удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в	урок	16	-	16

<p>полуприседании, последующими двумя переступаниями по 1-й позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед).</p> <p>5. Соскоки:</p> <p>а) в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание;</p> <p>б) в 1-ю, 4-ю прямые и 5-ю свободную позиции на полупальцы в полуприседание.</p> <p>6. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й позиции в полуприседании (<i>pas balance</i>) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.</p> <p>7. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (<i>pas glissade</i>), в координации с движением рук и наклоном корпуса.</p> <p>8. <i>Zapateado</i> – поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции:</p> <p>а) удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами;</p> <p>б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди.</p> <p>9. Опускание на колени с шага</p>		
--	--	--

	на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса. 10. Движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.		
	Контрольный урок		2 - 2
	Зачет		2 - 2
	Максимальная учебная нагрузка		132 - 132

III. Содержание учебного предмета "Классический танец"

3.1 Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Классический танец»:

Таблица 9

Срок обучения 8 (9) лет

Классы	Распределение по годам обучения								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Продолжительность учебных занятий (в неделях)			33	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)			4	4	4	4	4	4	4
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные занятия)			132	132	132	132	132	132	132
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные занятия)			792						132
			924						
Консультации (часов в год)			8	8	8	8	8	8	8
Общий объем времени на консультации			48						8
			56						

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачетам, экзаменам, творческим конкурсам и другим мероприятиям. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени. Аудиторная нагрузка по учебному предмету распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

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

3.2 Требования по годам обучения

Предлагаемые в настоящей программе темы составлены с учетом нескольких принципиально важных факторов:

- необходимости дифференциации тем в зависимости от реальных индивидуальных возможностей обучающихся;
- содержания Федеральных государственных требований;
- опыта работы с детьми в ДШИ №15.
-

Требования по годам обучения

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями народно-сценического танца;
- ознакомление с рисунком народно-сценического танца особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

Срок обучения 8 (9) лет

Первый год обучения

В задачи первого года обучения входит:

- знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на «середине»;
- изучение основ и формирование первоначальных навыков, а также развитие суставно-связочного аппарата, выработка пластичности, силы мышц и натянутости ног;
- развитие элементарных навыков координации движений.

Все упражнения экзерсиса исполняются в медленном темпе, в так называемом чистом виде или простейших комбинациях. Изучение экзерсиса начинается, после того как учащиеся освоят основные упражнения экзерсиса на предмете классический танец.

Аудиторные занятия	4 часа в неделю
Консультации	8 часов в год
Контрольный урок	1 полугодие
Зачёт	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Позиции ног:

а) пять открытых: 1, 2, 3, 4, 5 открытые позиции соответствуют пяти позициям классического танца.

б) 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,

4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы,

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

в) Пять свободных:

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

г) 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.

Позиции рук:

а) Семь позиций.

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.

6-я – руки согнуты в локтях и заведены ладонями за голову, как бы поддерживая головной убор.

7-я – руки согнуты в локтях и положены тыльной стороной кисти за спину на пояс. Одна кисть – тыльной стороной на пояс, другая – на ладони первой. Локти разведены в стороны.

Основные положения ног.

- Нога вытянута – нога вытянута в колене и подъеме;
- Нога присогнута – положение на полуприседании;
- Подъем вытянут – нога вытянута в подъеме, пальцы вытянуты;
- Подъем сокращен – нога сильно сокращена в подъеме, носок поднят;
- Положение скошенного подъема – вытянутая стопа повернута в голеностопном суставе носком внутрь;
- Нога на ребре стопы – положение, когда нога на ребро внешней или внутренней стопы;
- Нога на ребре каблука – согнутая в подъеме стопа касается ребром каблука;
- Низкие полупальцы – пятка слегка отделена от пола;
- Средние полупальцы – пятка приподнята над полом;
- Высокие полупальцы – пятка высоко над полом;
- Нога на носке – нога стоит на кончике большого пальца, подъем вытянут.

Основные положения рук.

- Подготовительное положение – руки свободно опущены;
- 1 положение – руки раскрыты в сторону ладонями вверх;
- 2 положение – руки вытянуты в локтях и раскрыты в стороны на высоте между 2 и 3 позициями, ладони повернуты вверх. Пальцы собраны и вытянуты.

Экзерсис у станка

1. Подготовка к началу движения (preparation):

- а) движение руки,
- б) движение руки в координации с движением ноги.

2. Переводы ног из позиции в позицию.
 - а) скольжением стопой по полу (battements tendus),
 - б) броском работающей ноги на 25-30* (battements tendus jetés),
 - в) поворотом стоп.
3. Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям (муз. разм. 3/4, 4/4):
 - а) полуприседания (demi-plie),
 - б) полное приседание (grands plie).
4. Battements tendus (выведение ноги на носок).
Упражнение с напряженной стопой (battements tendus) из 1й прямой позиции на каблук (муз. разм. 4/4)
 - а) перевод ноги с носка на пятку и обратно;
 - б) с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге,
 - в) с полуприседанием в момент возвращения ног в позицию.
 - г) с подъемом пятки опорной ноги
5. Battements tendus jetés (маленькие броски).
Маленькие броски (battements tendus jetés) вперед, в сторону и назад по 1-й, 5-й открытым позициям (муз. разм. 2/4, 6/8):
 - а) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое приседание,
 - б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука работающей ноги,
 - в) с полуприседанием на опорной ноге,
 - г) с двойными бросками.
6. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
 - а) носком с остановкой в сторону или назад,
 - б) ребром каблука с остановкой в сторону или назад.
7. Подготовка к маленькому каблучному.
8. Подготовка к «верёвочке», «верёвочка».
скольжение работающей ноги по опорной (муз. разм. 2/4, 4/4):
 - а) в открытом положении на всей стопе,
 - б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге, на всей стопе и на полупальцах.
9. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
10. Grands battements jetés (большие броски).

11. Развертывание работающей ноги на 45* (battements developpes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге и на полуприседании (муз. разм. 4/4)
12. Relevé (подъем на полупальцы).
13. Port de bras.
14. Подготовка к «молоточкам».
15. Подготовка к «моталочке».
16. Прыжки с поджатыми ногами.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:

- а) простой поясной на месте (1 полугодие);
- б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении (2 полугодие).

2. Основные положения и движения рук:

- ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись);
- руки скрещены на груди;
- одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку.

— положения рук в парах:

- а) держась за одну руку;
- б) за две;
- в) под руку;
- г) «воротца».

— положения рук в круге:

- а) держась за руки;
- б) «корзиночка»;
- в) «звёздочка».

— движения рук:

- а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук;
- б) раскрытия рук в сторону (ладонями вверх в 3 позицию);
- в) взмахи с платочком;
- г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

- простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах;
- переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на 30-45 градусов, 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 каблук и вынесением сокращённой стопы на воздух на 30-45 градусов;
- 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. «Гармошка»:

- 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 градусов и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие;
- «ковырялочка» на 90 градусов 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 хлопущей);
- 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 хлопущки 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 градусов — 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-каблучки;
- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов;
- подскоки по той же схеме;
- «поджатые» прыжки по той же схеме;
- подготовка к tours (мужское).

Во втором полугодии вводится поворот на 90 градусов 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 градусов, 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;
- к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180 градусов, 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза;
- 2 полугодие – поворот на 4 шага - retere на 180 градусов;
- подскоки – разучиваются по той же схеме.

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

Изучаемые танцы:

Русские танцы

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- основные положения позиций рук и ног в народном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов русского и белорусского танца, освоение данных элементов на середине;
- владеть приемами: «сокращенная стопа», «скошенный подъем»;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- знать движение в различных ракурсах и рисунках;

- уметь исполнять движения в характере русского и белорусского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

4 класс (второй год обучения)

Второй год обучения включает в себя:

- 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 и белорусского танцев.

Аудиторные занятия	5 часов в неделю
Консультации	8 часов в год
Контрольный урок	1 полугодие
Зачёт	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Demi-pliés u grand-pliés (полуприседания и полные приседания).
Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
 - а) с подъемом на полупальцы;
 - б) с подъемом на полупальцы и наклонами корпуса.
2. Battements tendus (скольжение стопой по полу).
 - а) Battements tendus с ударом работающей ноги об пол.
3. Battements tendus jetés (маленькие броски).
 - а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперед, в сторону и назад,
 - б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад,
 - в) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) с ударом каблуком опорной ноги в полуприседании.

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

- а) носком с остановкой в сторону или назад,
- б) ребром каблука с остановкой в сторону или назад

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

6. Маленькое каблучное.

- а) со скользящим ударом полупальцами работающей ноги;
- б) с переступаниями на полупальцах;
- в) с «ковырялочкой»

7. Большое каблучное.

8. Повороты стопы (Pas tortille) зигзаги:

- а) одинарные,
- б) двойные.

9. Подготовка к «Веревочке»

- а) с подъемом на полупальцы;
- б) с поворотом согнутой в колене ноги к станку и от станка.

10. «Веревочка».

11. Подготовка к battements fondus.

Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45*

(Battement fondu) низкие медленные и быстрые:

- а) на всей стопе,
- б) с подъемом на полупальцы.

12. Battement developpe Раскрытие ноги на 90* с одним ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад. (плавные, резкие).

13. Дробные выстукивания по 1 прямой позиции:

- а) всей ступней одинарные удары всей ступней поочередно одной и другой ногой;
- б) одинарные удары всей ступней с подъемом пятки опорной ноги.
- в) одинарные удары всей ступней с подскоком на опорной ноге;
- г) одинарные удары всей ступней с подскоком и переступаниями.

14. Растяжка из 1-й открытой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, лицом к станку.

15. Grand battement jete Большие броски с падением на работающую ногу по 5-ой открытой позиции вперед, в сторону и назад:

- а) с опусканием ноги на пятку и полуприседанием на опорной ноге
- б) с одним ударом стопой и полупальцами опорной ноги,
- в) с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

Движения, изучаемые лицом к станку

1. Relevé-pliés (по 1 прямой, 1,2,5 позициям).
2. Relevé-plié (с оттяжкой от станка на каблук назад по 1 прямой позиции).
3. «Волна».
4. Подготовка к «штопору».
5. Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié, с полурастяжками и растяжками.
6. Подготовка к «сбивке».
7. Для мальчиков:
 - а) подготовка к присядкам;
 - б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону;
 - в) мячик боком к станку;
 - г) с выведением ноги вперед.
8. Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.
9. Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.
10. С выходом во вторую позицию широкую на каблуки.
11. «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.
12. «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.
13. Прыжки:
 - а) поджатые в сочетании с temps levé sauté;
 - б) «итальянский» shangements de pieds.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:
 - а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);
 - б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).
2. Основные положения и движения русского танца:
 - а) переводы рук из одного основного положения в другое:
 - из подготовительного положения в первое основное;
 - из первого основного положения в третье;
 - из первого основного во второе;
 - из третьего положения в четвертое (женское);
 - из третьего положения в первое;
 - из подготовительного положения в четвертое.
 - б) движение рук с платочком:
 - взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции);
 - то же самое из положения — скрещенные руки на груди;

- работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции;
- всевозможные взмахи и качания платочком;
- прищелкивания пальцами.

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

3. Положения рук в парах:

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

4. Положение рук в рисунках танца:

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

5. Ходы русского танца:

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

6. Припадания:

- припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали;
- с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.

7. «Веревочка»:

- а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах);
- б) «косыночка»;
- в) простая «веревочка» – первое полугодие;
- г) двойная «веревочка» – второе полугодие;
- д) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук – второе полугодие.

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

9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.

10. Все виды «гармошечек»:

— «лесенка»;

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

11. «Ковырялочка»:

— с отскоком и броском ноги на 30 градусов;

— с броском на 60 градусов;

— с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук;

— то же самое с переступаниями на опорной ноге.

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

— простые (до щиколотки);

— простые (до уровня колена);

— с ударом по 1 прямой позиции;

— двойные (до уровня колена с ударом);

— с продвижением в сторону.

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

— простые;

— с двойным перебором.

14. Дробные движения:

— двойные притопы;

— тройные притопы;

— аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону;

— притопы в продвижении;

— притопы вокруг себя;

— ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов;

— простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении);

— простые переборы каблучками;

— переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке;

— переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса);

— «трилистник» с притопом;

— двойная дробь с притопом;

— двойная дробь с притопом и поворотом корпуса на 45 градусов;

- тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями);
- «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный;
- «ключ» простой.

15. Полуприсядки:

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

16. Даются танцевальные этюды на материале выше указанных движений.

Белорусский народный танец.

На втором году обучения изучаются элементы белорусского танца «Крыжачок»

Элементы танца «Крыжачок»

1. Притопы одинарные.
2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.
3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.
4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад
5. Основной ход «Крыжачка» и (с поворотом).
6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.
7. Тройные притопы с поклоном.
8. Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков).
9. «Веревочка» с переступаниями.
10. Кружение с припаданием.

Изучаемые танцы:

Русские танцы

Белорусские танцы

По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- основные движения русского, белорусского танцев;

- манеру исполнения упражнений и характер русского, белорусского танцев;
- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.

5 класс (третий год обучения)

Этот год обучения предполагает:

-дальнейшее изучение элементов у станка более сложных, требующих соответствующей координации в исполнении и силовой нагрузки;

С этого года активнее работают руки, добавляются перегибания корпуса, полуповороты. На середине зала допускается построение не сложных комбинаций и композиций на материале русского, белорусского танцев. Начинается изучение элементов итальянского, молдавского и украинского народных танцев

Аудиторные занятия	5 часов в неделю
Консультации	8 часов в год
Контрольный урок	1 полугодие
Переводной экзамен	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).
2. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
3. Battements tendus jetés (маленькие броски).
4. Pas tortillé (повороты «стоп», одинарные и двойные).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
6. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
7. Маленькое каблучное.
8. Большое каблучное.
9. Battements fondus (мягкий, тающий).
10. Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).
11. «Веревочка».
12. Дробные выстукивания.
13. Grands battements jetés (большие броски ногой).

Упражнения лицом к станку

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
 2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
 3. Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
 4. «Качалочка» простая, в раскладке.
 5. «Качалочка» с акцентом.
 6. «Качалочка» в усложненных ритмических рисунках.
 7. «Качалочка с выведением ноги на каблук.
 8. Прыжковые «голубцы»:
 - с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция);
 - тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка;
 - низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца;
 - прыжок с двух ног на одну, открывая другую ногу на каблук в сторону.
 9. Подготовка к «сбивке», «сбивка».
 10. Подготовка к прыжку attitude назад.
 11. Подготовка к «моталочке» с отскоком.
 12. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на 30 градусов, на 90 градусов — второе полугодие.
 13. Присядка с выносом ноги на воздух на 45 и на 90 градусов.
 14. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45 и 90 градусов.
 15. Подготовка к revoltade. Исходное положение — нога сзади в 4 позиции на носке.
 16. Опускание на колено в характере украинского танца, а также переход с колена на колено.
- Отработка прыжка «бедуинский».

Экзерсис на середине зала

1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.
2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дроби. Усложняются манипуляции с платочком:
 - платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения;
 - полуокружности перед собой вправо и влево;
 - взмахи на вращениях из первой в третью позицию;
 - используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали;
 - движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах;
 - изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».

3. Виды русских ходов и поворотов:

— простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий;

— «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад;

— широкий шаг-«мазок» на 45 и 90 градусов с сокращенным подъемом, с plié и на plié;

— боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на 45 и 90 градусов в сторону;

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

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

— ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах;

б) акцентированные, под себя в plié;

в) с выносом на каблук вперед.

— боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком;

— боковые припадания с поворотами;

— припадания по линии круга с работой рук;

— бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом;

— бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом;

— повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук;

— повороты с выносом ноги на каблук, приемом shainé, приемом перескок (высокий);

— тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук);

— повороты с «ковырялочкой»;

— повороты с «молоточками»;

— повороты приемом «каблучки», «поджатые»;

— повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

4. «Веревочки»:

— простая в повороте;

— двойная в повороте;

— с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением и с «ковырялочкой» без закрытия в позицию;

— всевозможные ритмические рисунки в движении, с использованием «косичек», «закладок», боковых: вперед и назад от опорной ноги, как на всей стопе, так и на полупальцах, с отскоком и перескоками.

5. «Ковырялочка»:

— простые;

— в повороте на 90 градусов, со сменой ног;

- с отскоком и продвижением вперед;
- с отскоком и большим броском на 90 градусов;
- в сочетании с различными движениями русского танца;
- воздушные на 30, 45, 90 градусов;
- в поворотах, на вращениях трюкового характера с чередованием мелких и средних по амплитуде движений русского танца.

6. «Моталочки»:

- простая;
- простая в повороте по четвертям круга, на 90 градусов с использованием бросков ноги приемом *jetés* с вытянутым и сокращенным подъемом;
- с перекрестным отходом назад или в позу;
- с остановкой в 5 позицию на полупальцах;
- с использованием переступаний через положение *reteré* при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций;
- в трюковых диагональных вращениях.

7. «Гармошечки»:

- простая на вытянутых ногах и на *demi plié*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко;
- в повороте, в диагональном рисунке с руками;
- в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление;
- с чередованием приставных шагов, с *pas degagé*, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

8. Припадания:

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

9. Перескоки и «подбивки»:

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

10. Дробные выстукивания:

- двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой;
- синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *reteré* колена невыворотом;
- соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно;
- соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:

- а) неоднократные удары;
- б) с притопом и сменой левой и правой ног.
- двойная дробь с «ускорением»;
- двойная дробь с притопами и разворотами корпуса;
- двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце;
- «ключ» с использованием двойной дроби.

11. Присядки:

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

12. Прыжки:

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

Изучаемые танцы:

Русские танцы

Украинские народные танцы

Молдавские танцы

Итальянский танец «Тарантелла»

Украинский народный танец

Элементы украинского народного танца (муз. разм. 2/4, 4/4)

1. Позиции и положения ног.
2. Позиции и положения рук.
3. Простые повороты на месте без рук и с руками (женские и мужские).
4. Притоп.
5. «Веребочка»:
 - а) простая;
 - б) с переступаниями;
 - в) в повороте;
 - г) двойная.
6. «Дорожка простая» (припадание) с продвижением в сторону и с поворотом.
7. «Дорожка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со сменой позиции вперед и назад в перекрещенном положении.

8. «Выхилиястник» (ковырялочка):
 - а) «выхилиястник с угинанием» (ковырялочка с открыванием ноги).
9. «Бигунец».
10. «Голубец» на месте, с продвижением в сторону и с притопами,
11. Медленный женский ход.
12. Ход назад с остановкой на третьем шаге.
13. «Тынок» (перескок с ноги на ногу).
14. «Похид-вильный» (поочередные удлиненные прыжки вперед).
15. «Выступцы», подбивание одной ногой другую.
16. «Разножка» в сторону на ребро каблука (для мальчиков).
17. «Ястреб» - прыжок с поджатыми ногами по 1-ой открытой позиции.

Молдавский народный танец

Элементы молдавского народного танца (муз. разм. 2/4, 4/4, 6/8)

1. Положения ног.
2. Положения рук в сольном и массовом танцах.
3. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).
4. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперед.
5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.
6. Припадание (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.
7. Ход на одну ногу с прыжком.
8. Боковой ход с каблука.
9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.
10. Шаг в сторону с выносом другой ноги вверх 30* в перекрещенное положение.
11. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону.
12. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком.
13. Вращения в паре внутрь и наружу на подскоках.
14. Прыжок с поджатыми ногами.
15. «Ключ» молдавский (носок-каблук, носок-каблук разными ногами, соскок на две ноги и прыжок с поджатыми ногами).
16. Тройные переборы ногами.
17. Подъем девушки за талию на месте и с переносом.

Итальянский сценический танец «Тарантелла»

Элементы танца (муз. разм. 6/8)

1. Положение ног, характерные для танца.
2. Положение рук в танце.
3. Движения рук с тамбурином:
 - а) удары пальцами и тыльной стороной ладони;
 - б) мелкие непрерывные движения кистью «трель».
4. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).
5. Шаг с ударом носком по полу (pignes) с полуповоротом корпуса, с продвижением назад:
 - а) с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте и с продвижением назад.
6. Бег тарантеллы (Pas emboites) на месте и с продвижением вперед.
7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене (Pas ballonne).
8. Перескоки с ноги на ногу.
9. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте.
10. Соскок двумя ногами во 2-ую свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой на крест другой.
11. Маленькие броски с поочередными ударами носком и каблуком по полу.
12. Маленький прыжок на одну ногу вперед с одновременным откидыванием другой согнутой ноги на 45* и 90* на месте и с продвижением
13. Бег вперед с подскоком.
14. Тройные переступания с ноги на ногу (Pas balance).
15. Повороты внутрь и наружу (en dehors, en dedan):
 - а) поочередные переступания по 5-й свободной позиции на полупальцах в полуприседании;
 - б) на одной ноге, с другой вытянутой стопой у щиколотки спереди или сзади в открытом положении (en dehors, en dedan).

По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки русского, украинского, молдавского танцев;
- усвоение и дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;

- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно пользоваться деталями костюма, атрибутикой: ленточки, веночки, платочки, шапки, корзинки, бубны и т.д.;
- продолжать добиваться в ансамбле выразительности и виртуозности исполнения движений.

6 класс (четвертый год обучения)

Предъявляемые требования при выполнении и изучении новых движений к обучающимся 6 класса остаются в основном прежними, но с учетом усложнения программы: продолжается работа над выработкой правильности и чистоты исполнения, закреплением освоения хореографической грамоты, воспитанием более свободного владения корпусом, движением головы ног и рук. Продолжается практическое освоение элементов у станка и на середине зала. Изучение элементов узбекского, польского и венгерского сценического танцев. К концу учебного года составляются более сложные композиции, этюды.

Аудиторные занятия	5 часов в неделю
Консультации	8 часов в год
Контрольный урок	1 полугодие
Зачёт	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Demi plie, grand plie (полуприседания и приседания).
2. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortilla (развороты стоп).
4. Battements tendus jetes (маленькие броски).
5. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
6. Большое каблучное.
7. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
8. «Веревочка».
9. Battemets develloppe.
10. Дробные выстукивания.

11. Grands battements jetes (большие броски).

Экзерсис на середине зала

1. «Глубокий поклон»:

а) ниже пояса;

б) все разновидности русского поклона в сочетании с ходами и движениями рук.

2. Простые шаги (направление вперед и назад в сочетании с движениями рук).

3. Хороводный ход в различных направлениях с работой рук.

4. Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.

5. Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса.

6. Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.

7. Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.

8. Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.

9. Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.

10. Шаг с «приступкой» (с приставкой).

11. Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.

12. Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).

13. Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.

14. Переkreщивающийся шаг (с переkreщивающимися ногами, с продвижением вперед).

15. Ознакомление с ходами танца «Сибирский лирический».

16. Ознакомление с ходами танца «Смоленский гусачок».

17. Разучивание движений рук, положения корпуса, характерных этим областям.

18. «Веревочка» с переборами по 5 позиции на месте и с поворотами.

19. «Двойная веревочка» с поочередными переступаниями на месте и в повороте.

20. «Моталочка» на *demi plie* синкопированным акцентом на всей стопе и на полупальцах.

21. «Ковырялочка» с отскоками.

22. «Молоточки» в характере уральского танца «Шестера».

23. «Маятник» - «Моталочка» в поперечном движении.

24. Дробные выстукивания:

а) «ключ» дробный, сложный;

б) «Ключ» дробный, сложный в повороте;

в) «Ключ» хлопучечный;

г) три дробные дорожки с заключительным ударом;

д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;

е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;

ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;

з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.

25. Дроби в характере народных танцев Поволжья.

26. Хлопушки мужские:

а) поочередные удары по голенищу спереди и сзади на подскоках;

б) удары двумя руками по голенищу одной ноги;

в) удар по голенищу вытянутой ноги;

г) хлопушки на поворотах;

д) «ключ» с хлопушкой.

27. Трюковые элементы (мужские):

а) «разножка» в воздухе;

б) «щучка» с согнутыми ногами;

в) «крокодильчик»;

г) «коза»;

д) «бочонок».

Вращения на середине зала

Вращения, усвоенные за предыдущие годы обучения, изучаются в национальном характере, а также в характере областных особенностей (plie-каблочки, plie-releve, plie-retere, шаг-retere, подскоки, припадания, pirouettes).

1. Приемом plie-releve (два на месте, третий – plie-подготовка, четвертый – вращение) – 1 полугодие – двойное вращение за 4-м разом.

2. Приемом plie-retere (аналогичная схема изучения).

3. Приемом plie-каблочки (аналогичная схема изучения).

4. Приемом pirouettes (аналогичная схема изучения).

5. Разучивается «вкручивающаяся» на месте концовка вращений с выходом на полупальцы в финале.

6. Припадания мелкие, быстрые.

7. Вращения на одной ноге, вторая на щиколотке невыворотнo, с приходом во 2 позицию (невыворотнo), без пауз, но в медленном темпе – 1 полугодие.

8. То же самое вращение в нормальном темпе – 2 полугодие.

9. Разучивается «вкручивающаяся» концовка приемом вращения на одной ноге через retere невыворотнo, уходит в позицию. Концовка в plie или в полупальцы – 2 полугодие.

10. «Обертас» по 1 прямой позиции – 1 полугодие.

11. «Обертас» по 1 прямой позиции с ударом – 2 полугодие.

12. «Обертас» с rond на 45 градусов – 1 полугодие, на 90 градусов – конец 2 полугодия.

13. Разучивается окончание вращения приемом двойного shaine.

14. Вращения для мальчиков:

а) tours,

б) pirouettes.

15. Поджатые прыжки в чередовании с другими приемами вращений на месте.

Вращения по диагонали класса

1. Tour-riqué в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в русском характере.
2. Бег с выбрасыванием правой ноги вперед.
3. Бег по 1 прямой позиции (поворот за два бега) –1 полугодие, поворот за один бег –2 полугодие.
4. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках –2 полугодие.
5. Большие «блинчики» в чередовании с маленькими «блинчиками», различных ритмических рисунках.
6. Большой «блинчик» в сочетании с shaine.
7. Маленький «блинчик» в сочетании с вращением шаг на «каблук».
8. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковырялочкой» с выбиванием ноги в сторону.
9. Мужские вращения с использованием пройденного материала.

Вращения по кругу

1. Приемом шаг-retere, вращение за один шаг.
2. Подскоки, вращение за один шаг.
3. Маленькие «блинчики», поворот за один шаг.
4. Большие «блинчики», аналогично.
5. Бег по 1 прямой позиции.
6. Бег с выбрасыванием ноги вперед.
7. «Шаг-каблук», вращение за один шаг.
8. Tour-riqué в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию.
9. Двойная дробь в повороте с переступаниями через «ковырялочку». Мужские трюковые вращения.

Изучаемые танцы:

Русские танцы. Танцы местной традиции

Танцы народов Поволжья

Узбекские танцы

Польские танцы

Венгерские танцы

Узбекский народный танец

Элементы узбекского народного танца (муз. разм. 4/4)

1. Положения ног
2. Положения рук
3. Поклон

4. Движения кистей рук:
 - а) сгибания и разгибания в запястьях;
 - б) с поворотами в запястье внутрь и наружу;
 - в) щелчки пальцами;
 - г) хлопки в ладоши.
5. Движения рук:
 - а) плавные переводы рук в различные положения;
 - б) резкие акцентированные махи;
 - в) сгибания и разгибания от локтя;
 - г) волнообразные движения от плеча.
6. Движения плеч поочередные и одновременные:
 - а) вперед, назад;
 - б) короткие – вниз, вверх;
 - в) круговые движения;
 - г) быстрые движения (рез) - дрожание.
7. Движения головы из стороны в сторону
8. Ходы:
 - а) шаг вперед с последующими скользящими шагами;
 - б) поочередные переступания (одна нога на полной стопе другая на полупальцах).
9. «Гамошка»
10. Опускания на колени:
 - а) на одно;
 - б) на оба.
11. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед.

Польский народный танец

Элементы польского народного танца

«Мазурка» (муз. разм. 3/4)

1. Позиции и положения ног
2. Положения рук в танце
3. Волнообразное движение руки
4. «Ключ» - удар каблуками
 - а) одинарный;
 - б) двойной.
5. Шаг в сторону вполуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции (*pas balance*)
6. «Голубец» - подбивание ноги подряд в сторону
7. «Перебор» - 3-и переступания на месте по 1-й прямой позиции
8. Основной ход мазурки (*pas gola*)

9. Легкий бег (pas mrehe)
10. Скольжение одной ногой с подбиванием другой
11. Уступающий переход (dos a dos) на различных движениях
12. Опускание на колени:
 - а) с шага;
 - б) с выпадом.
13. Обвод девушки за руку:
 - а) стоя на колени;
 - б) стоя на выпаде.
14. Вращение в паре внутрь (en dedan)
15. «Кабриоль» в сторону на 45* в прямом положении
16. «Обертас» - растяжка назад в полном приседании (мужское)
17. Заключение – простое и двойное

Освоение технических приемов для прыжков и вращений

1. Прыжки на двух ногах, на одной ноге (по 1 и 8 прыжков с поджатыми ногами)
2. Подскоки по диагонали с поворотом, на одном месте

Венгерский народный танец

Элементы венгерского народного танца (муз. разм. 4/4)

1. Положения ног
2. Положения рук
3. «Ключ» - удар каблуками:
 - а) одинарный;
 - б) двойной.
4. Заключение (усложненный «ключ»):
 - а) одинарный;
 - б) двойной.
5. Шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance)
6. Перебор – три переступания на месте с открыванием ноги на 35*
7. «Веребочка» на месте, с продвижением назад и в повороте
8. Развертывание ноги (battement developpe) вперед в полуприседании:
 - а) с последующими шагами;
 - б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.
9. «Голубец»:
 - а) простой с подбиванием ноги в сторону;
 - б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.
10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции

Техника прыжков и вращений Муз. Разм. 2/4

1. Пируэт из 5-йоткрытой позиции внутрь и наружу (en dedan, en dehors)
2. Воздушный тур
3. Пируэт на каблуках
4. Вращение с отбрасыванием ног назад
5. «Щучка» с прямыми ногами и согнутыми ногами
6. «Кольцо»
7. «Пистолет»
8. «Разножка» в воздухе

Движения «Щучка», «Кольцо», «Пистолет» и «Разножка» в воздухе, проходят факультативно по усмотрению педагога.

По окончании четвертого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- передавать национальный характер русского танца, танцев народов Поволжья, узбекского, польского, венгерского танцев;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращение, дроби - для девочек; различные виды присядок, «хлопушек» - для мальчиков;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

7 класс (пятый год обучения)

Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Изучение элементов цыганского танца, татарского танца, болгарского танца.

Испанский материал можно изучать факультативно. В конце учебного года составляются более сложные экзаменационные комбинации и этюды на основе всего пройденного материала за все 7 лет обучения.

Аудиторные занятия	5 часов в неделю
Консультации	8 часов в год
Контрольный урок	1 полугодие
Зачёт	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Demi plié и grand plié (полуприседания и приседания).
2. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortillé (развороты стоп).
4. Battements tendus jeté (маленькие броски).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя).
6. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
7. Маленькое каблучное.
8. Большое каблучное.
9. Battements fondus (мягкое, тающее движение).
10. «Веревочка».
11. Battment développé.
12. Дробные выстукивания.
13. Grands battements jetés (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

1. «Праздничный поклон».
2. Припадания накрест (быстрое).
3. Ускоренная «гармошечка» (без plié) вокруг себя;
4. Простая и двойная с поворотом на 360 градусов в приседании на полупальцах и на вытянутых ногах;
5. «Моталочка» с поворотом.
6. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.
7. Шаг-бег с наклоном в корпусе; бег с отбрасыванием ног назад с акцентированным исполнением; бег с поднятием согнутых ног вперед, как на месте, так и в продвижении; тот же бег в различном ритмическом рисунке.
8. Основные ходы танца «Матаня» Орловской области и сопутствующие им движения рук.
9. Дробные выстукивания в характере танца «Матаня» и «хлопушки».
10. Трюки мужского характера:
 - «кольцо»;
 - «пистолет»;
 - «экскаватор»;
 - «циркуль»;
 - «Склепка»;
 - «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы;
 - «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

Вращения на середине зала

1. Отскоки по 1 прямой позиции в повороте с выносом правой ноги на каблук.
2. Поворот plie-retere с переступанием на полупальцах.
3. Вращение по 2 позиции невыворотом, стремительно.
4. Бег на месте со скоком в 1 прямую позицию на сильную музыкальную долю.
5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Вращения по диагонали зала

1. Shaine:

- Shaine в сочетании с вращением на мелких переступаниях в demi plie;
 - Shaine в сочетании с вращением на каблучок;
 - То же с двойным вращением –2 полугодие;
2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов –1 полугодие и 90 градусов –2 полугодие.
 3. Вращение на перескоках с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
 4. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
 5. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращение по кругу зала

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала.

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах.

Вращения в характере изученных национальностей.

Цыганский народный танец

Элементы цыганского народного танца (муз. разм. 2/4)

1. Боковой ход.
2. Выпад на ногу, прыжок и переступания.
3. Наклоны и перегибы корпуса.
4. Шаги с поворотом.
5. Прыжок, переменные шаги с хлопками.
6. Хлопушка.
7. Повороты с прыжком и хлопками.
8. Чечетка.
9. Соскоки.
10. Бег.
11. Хлопки по коленям.

12. Переступания на полупальцах по 3-й позиции.
13. Беглый шаг.

Этюды:

Болгарский народный танец

Элементы болгарского народного танца

Основные движения

2. Вперед и в сторону
3. Подскоки и ножницы
4. Крестом и подскоки
5. Подскоки с переступаниям
6. Мелкие переступания
7. Ход вперед и отскоки назад
8. Ход назад с подтягиванием
9. С пятки на ступню
10. Поворот на пятках
11. Типа балансе
12. Балансе с махом
13. Па де бурре
14. Ключ
15. Чередуя на пятку
16. На одной ноге с ударом
17. Широкие шаги
18. Высокие броски
19. Скольжение с подскоком
20. Проскальзывание
21. Переменный ход
22. Перескок на одну ногу
23. Боковые шаги на подскоках
24. Шаг с подскоком
25. Шаг одной ногой
26. Комбинированное
27. Присядка
28. Ситно
29. Соедини колени
30. Перескоки с мазком

31. Проскальзывание
32. Круговое по воздуху
33. Три удара
34. Опускание на колено
35. Удар об пол всей стопой
36. Круговое движение ногой
37. Скорчи-хопа
38. На присогнутых коленях
39. С проскальзыванием назад
40. Ход влево и назад
41. Перекрестный ход
42. С ударами пяткой об пол
43. С продвижением назад
44. С маленьким прыжком
45. Комбинация на 2 такта
46. Шаги с ногой об ногу

Изучаемые танцы:

Региональные танцы

Татарские танцы

Болгарские танцы

Цыганские танцы

По окончании пятого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- передавать национальный характер русского, калмыцкого, испанского, и болгарского танцев;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращение, дроби - для девочек; различные виды присядок, «хлопушек» - для мальчиков;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

8 класс (шестой год обучения)

Подготовка обучающихся к представлению выпускной программы. На протяжении всего учебного года закрепляется весь программный материал, изученный за все годы обучения.

Большая часть урока отводится занятиям на середине зала. Возрастает физическая нагрузка, ускоряются темпы исполнения движений. Линия урока становится более непрерывной.

Аудиторные занятия	5 часов в неделю
Консультации	8 часов в год
Контрольный урок	1 полугодие
Экзамен выпускной (8 лет обучения); Зачёт (9 лет обучения)	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

Экзерсис у станка

1. Demi plié и grand plié (полуприседания и приседания).
2. Battements tendus (скольжение ногой по полу).
3. Pas tortillé(развороты стоп).
4. Battemets tendus jeté (маленькие броски).
5. Flic-flac (мазок к себе от себя), на материале цыганского танца.
6. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
7. Большое каблучное.
8. Battemets fondus (мягкое, тающее движение).
9. «Веревочка».
10. Battment développé.
11. Дробные выстукивания.
12. Grands battements jetes (большие броски ногой).

Экзерсис на середине зала

1. Поклон в выбранном национальном характере.
2. Ускоренная «гармошечка» (без plié) в сочитании с degaje.
3. «Веревочки»:
 - простая, с подскоком на одной ноге, другая —на щиколотке впереди, исполняются развороты бедра;

- простая, с неоднократным подскоком после переноса ноги и подмены;
 - двойная, аналогично исполнению простой –2 полугодие;
 - три веревочки и подскок с поджатыми ногами;
 - в сочетании со всевозможными приемами поворотов;
 - на основе национального характера.
4. «Моталочка» - «маятник» с акцентированным отскоком и задержкой рабочей ноги на месте и в повороте.
 5. Все разновидности простых сценических ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.
 6. Разновидности хороводных ходов в сочетании с другими движениями и движениями рук в характере изучаемых народностей.
 7. Ход с подбивкой и продвижением вперед.
 8. Ход на ребро каблука с подбивкой и продвижением вперед.
 9. Шаг-бег с наклоном в корпусе.
 10. Тот же ход с отскоком на одну ногу в начале движения и наклоном корпуса (руки присогнуты и движутся вдоль корпуса).
 11. Основные ходы регионального танца и сопутствующие им движения рук (в сценическом варианте).
 12. «Хлопушки» и «закладки»:
 - «закладка» на месте;
 - «закладка» в продвижении;
 - «хлопушки» в характере пройденных национальных танцев.
 13. Трюки мужского характера:
 - «экскаватор»;
 - «циркуль»;
 - «склепка»;
 - «голубцы» с поджатыми ногами с переходом на полупальцы.
 - «ползунок» (ноги вперед, в сторону и на воздух).

Вращения на середине зала

1. Сочетания вращений plie-retere с вращением plie-каблочки (с выходом на двойное вращение на каблочках).
2. Двойное и тройное («скоростное») shaine в качестве концовки того или иного вращения.
3. Вращение на одной ноге с открытой в сторону другой на 45 градусов, подъем сокращен –1 полугодие, на 90 градусов – второе полугодие.
4. Вращения с использованием движений из национальных танцев.
5. Вращения мужского характера в сочетании с изученными движениями народного танца.

Вращения по диагонали зала

1. Shaine:

- Shaine в сочетании с шагом на полупалец рабочей ноги и вращением на plie на одной ноге, вторая согнута в колене невыворотню;
 - То же, с двойным вращением –2 полугодие;
 - Мелкие переборы каблучками («триоли») в повороте.
2. Маленькие «блинчики» в сочетании с воздушной прокруткой и grand rond приемом «обертас» с высотой на 45 градусов –1 полугодие и 90 градусов –2 полугодие.
 3. Вращение на переборах с ударами по 1 прямой позиции (стремительное).
 4. Вращения комбинированные с использованием «молоточков», «моталочек», воздушных и par terre «ковырялочек», «подбивочек», переборов, отскоков, отведением ноги в сторону и назад.
 5. Вращения в характере пройденных национальных танцев.
 6. Вращения мужские с использованием трюковых элементов.

Вращения по кругу зала

Отработка концовок во вращениях соответственно пройденным приемам вращений на середине зала, с остановками в различные позы, соответствующие изучаемым народностям, используя предметы атрибутики данного танца.

Вращения в различных сочетаниях и в различных музыкальных ритмах с активной работой рук и резкой сменой направления вращения.

Изучаемые танцы:

Русские танцы

Танцы народов Севера

Цыганский танец

Цыганский народный танец

Элементы цыганского народного танца (муз. разм. 2/4)

1. Боковой ход.
2. Выпад на ногу, прыжок и переступания.
3. Наклоны и перегибы корпуса.
4. Шаги с поворотом.
5. Прыжок, переменные шаги с хлопками.
6. Хлопушка.
7. Повороты с прыжком и хлопками.
8. Чечетка.
9. Соскоки.
10. Бег.
11. Хлопки по коленям.
12. Переступания на полупальцах по 3-й позиции.
13. Беглый шаг.

По окончании обучения учащиеся должны знать и уметь:

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

В конце первого полугодия проводится зачет, в конце второго полугодия – выпускной экзамен.

Требования к программе выпускного экзамена

Выпускной экзамен должен выявить у обучающихся полученные за весь курс обучения знания, умения и навыки:

- иметь понимание того, что народно-сценический танец является источником высокой исполнительской культуры;
- освоить грамотное выполнение того или иного движения;
- знать терминологию народно-сценического танца;
- знать метроритмические раскладки исполнения движений;
- иметь знание освоенных движений и умение применять технику изучения новых движений;
- уметь выполнять экзерсис народно-сценического танца: у станка;
- владеть навыками правильной осанки;
- владеть навыками культуры движений рук и ног;
- владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- владеть навыками публичных выступлений.

Обучение учащихся этого класса направлено на подготовку к поступлению в средние профессиональные образовательные учреждения. Обучающиеся, осваивающие 9-летнюю образовательную программу, сдают зачет (итоговую аттестацию) по итогам седьмого года обучения.

Аудиторные занятия	5 часов в неделю
Консультации	8 часов в год
Зачет	1 полугодие
Зачет	2 полугодие

Практическая часть

Список изучаемых движений:

Экзерсис у станка:

1. Приседания: полуприседания и полные приседания (Plie)
2. Упражнения на развитие подвижности стопы (Battement tendu)
3. Маленькие броски (Battement tendu jete)
4. Круговые движения ногой (Rond de jambe par terre)
5. Каблучные упражнения
6. Низкие и высокие развороты ноги (Battement fondu)
7. Веребочка
8. Упражнения с ненапряженной стопой (Флик фляк)
9. Adagio
10. Дробные выстукивания
11. Большие броски (Grand battement jete)

Экзерсис на середине зала:

1. Танцевальные ходы
2. «Веребочка»
3. Маятникообразные движения по типу «моталочка»
4. Движения на прыжковой подмене опорной ноги «подбивка»
5. Дробные движения
6. Присядки
7. Хлопки и хлопушки
8. Прыжковые движения

Вращения:

1. Вращения на середине зала
2. Вращения по диагонали зала
3. Вращения по кругу зала

Этюды:

Испанский народный танец

Элементы испанского народного танца (муз. разм. 3/4)

1. Положения ног.
2. Положения рук.
3. Переводы рук в различные положения.
4. Ходы:
 - а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское);
 - б) удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в полуприседании, последующими двумя переступаниями по 1-й позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед).
5. Соскоки:
 - а) в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание;
 - б) в 1-ю, 4-ю прямые и 5-ю свободную позиции на полупальцы в полуприседание.
6. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й позиции в полуприседании (*pas balance*) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.
7. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъемом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (*pas glissade*), в координации с движением рук и наклоном корпуса.
8. *Zarateado* – поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции:

а) удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами;

б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в пол полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди.

9. Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса.

10. Движения рук (port de bras) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад или вперед.

Требования к зачету в конце второго полугодия

Обучающиеся должны продемонстрировать следующие знания, умения и навыки:

- иметь понимание того, что танец является источником высокой исполнительской культуры, отражением эстетического стиля;
- освоить грамотное выполнение того или иного движения;
- знать терминологию народного танца;
- знать метроритмические раскладки исполнения движений;
- иметь знание освоенных движений и умение применять технику изучения новых движений;
- уметь выполнять экзерсис народного танца;
- знать выполнение поклонов, положения рук, корпуса, а также простейших танцевальных комбинаций;
- владеть навыками культуры движений рук и ног;
- владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- владеть навыками публичных выступлений.

IV. 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.

V. Формы и методы контроля, система оценок

5.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание.

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

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

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет, направлен на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, имеет воспитательные цели, может носить стимулирующий характер. Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем, оценки выставляются в журнал и дневник учащегося. При оценивании учитывается:

- отношение обучающегося к занятиям, его старания и прилежность;
- качество выполнения предложенных заданий;
- инициативность и проявление самостоятельности, как на уроке, так и во время домашней работы;
- темпы продвижения.

На основании результатов текущего контроля выводятся оценки за полугодие.

Особой формой текущего контроля является контрольный урок, который проводится преподавателем, ведущим предмет без присутствия комиссии.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков (с приглашением комиссии) зачетов, переводных экзаменов, внутришкольных конкурсов. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

При оценивании обязательным является методическое обсуждение, которое носит рекомендательный, аналитический характер, отмечается степень освоения учебного материала, активность, перспективы и темп развития ученика. Переводной экзамен проводится в конце 5 класса и определяет качество освоения учебного материала. Участие в конкурсах приравнивается к выступлению на зачетах и переводных экзаменах.

Итоговая аттестация проводится в выпускных классах – 8-м или 9-м, в зависимости от срока обучения в форме выпускного экзамена. По итогам этого экзамена выставляется оценка "отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно". Учащиеся на выпускном экзамене должны продемонстрировать соответствующий уровень освоения программного материала.

Учащимся, не прошедшим итоговую аттестацию по уважительной причине (в результате болезни или в других исключительных случаях, документально подтвержденных), предоставляется возможность пройти итоговую аттестацию в иной срок без отчисления из образовательного учреждения, но не позднее шести

месяцев с даты выдачи документа, подтверждающего наличие указанной уважительной причины.

5.2 Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. По итогам исполнения программы на зачете и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Критерии оценки качества исполнения

Таблица 10

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

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной.

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

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка работы обучающегося в течение года;
- оценка на зачёте (экзамене);
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждого полугодия.

VI. Методическое обеспечение учебного процесса

6.1 Методические рекомендации педагогическим работникам

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.

VII. Список рекомендуемой методической литературы

1. Борзов, А.А. Народно-сценический танец программа для хореографических отделений ДМШ и ДШИ. / составитель А.А. Борзов – и о. профессор Гиттиса им. А. В. Луначарского – М, 1983.- 30с.
2. Борзов, А.А. Танец народов мира. Учебное пособие. [Текст] / А.А. Борзов. – М.: ГИТИС, 2006. – 496с.
3. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры. [Текст] / Г. Гусев. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 208с.
4. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца: Танцевальные движения и комбинации на середине зала: Учеб. пособие для вузов искусств и культуры. [Текст] / Г. Гусев. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 208с.
5. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды: Учеб. пособие для студ. Хореограф. Фак. Вузов культуры и искусств. [Текст] / Г. Гусев. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 232с.
6. Геращенко, В.П. Основа танцевального искусства. Комплексная программа [Текст] / В.П. Геращенко. – Кемерово, 1995. – 75с.
7. Григорович, Ю.Н. Балет: энциклопедия. [Текст] / Гл. ред. Ю.Н. Григорович. - М.: Советская энциклопедия, 1981. – 623с.
8. Громов, Ю.И. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика: учеб. пособие. [Текст] / Ю. И Громов. – СПб.: СПбГУП, 2006. – 632с.
9. Зацепина, К. Народно-сценический танец. [Текст] / К.Зацепина [и др.]. – М.: Искусство, 1976. – 364с.
10. Климов, А. Основы русского народного танца. [Текст] / А.Климов. – М.: Искусство, 1981. – 270с.
11. Лопухов, А. Основы характерного танца. [Текст] / А.Лопухов, Ширяев, Н.Бочаров. – М.: Искусство, 2007. – 344с.
12. Ткаченко, Т. Народный танец. [Текст] / Т. Ткаченко. – М.: Искусство, 1967. – 654с.
13. Ткаченко, Т. Народные танцы. [Текст] / Т.Ткаченко. – М.: Искусство, 1975. – 350с.