|  |  |
| --- | --- |
| **Великомихайловская детская школа искусств.**    Утверждено педагогическим советом  МОУ ДОД «Великомихайловская ДШИ»  «1» сентября 2008г.  Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.В.Фатьянова      **Рабочая программа**  **по классу хореография**  **для 5-летнего обучения**    **преподавателя: Скубанович О.М**                **Великомихайловка 2008г.** | |
| **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**  Данная программа утверждена министерством культуры Российской Федерации, научно-методическим центром по художественному образованию.  Составлена для детей с 7-летнего возраста и расщитана на 5 лет обучения. Предполагаются ежедневные занятия по 2часа в день.  Цель:Воспитание гармонически развитой личности на основе обучения  хореографическому искусству.  Задачи:1. Обучить детей всему комплексу танцевальных дисциплин.  2. Развить хореографические способности учащихся.  3. Воспитать у детей любовь, понимание и эмоциональное отношение к  искусству.  Предполагаемый результат:    По окончании 5-летнего обучения учащиеся овладеют правильной  постановкой корпуса, навыками точной координации движений, развитой силой и  выносливостью, хореографической памятью, навыками музыкально – пластического  интонирования. Будут уметь исполнять движения и танцевальные композиции  грамотно и музыкально. Приобретут навыки коллективного общения,  исполнительской культуры. Будут подготовлены для дальнейшего  профессионального обучения. | |

**ИСТОРИЯ ХОРЕОГРАФИИ**

1. Содержание программы:

I Год обучения

***Введение:*** Рассказ преподавателя о предмете «беседы по истории хореографического искусства». Ознакомление с требованиями преподавателя.

***Раздел 1.***

***Хореография как вид искусства***

***Тема 1.*** Выразительный язык танца, его особенности. Музыкально-

хореографический образ. Исполнительские средства выразительности.

Балет, как часть национальной культуры. Хореография как вид искусства. Её специфические особенности и выразительные средства. Условная природа балета. Связь искусства хореографии с другими видами искусства. Исполнительские средства выразительности: позы, мимика, жесты, танцевальная лексика, рисунок танца.

***Тема 2.*** Виды и жанры хореографии

Общее понятие вида, жанра. Классический танец, народный танец, исторический танец, бальный танец, современный танец, спортивный танец.

***Раздел2***

***Народный танец.***

***Тема 1.*** Тесная связь народного танца с музыкой, песней, бытом, обычаями,

культурой народа. Первобытные пляски.

Связь первобытного искусства с трудовой деятельностью человека. Синкретический характер искусства: тесная взаимосвязь пения, танца, пантомимной игры. Отражение в танце важнейших сторон жизни общества: труда, охоты, войны, религии. Отражение в танце явлений природы. Большое воспитательное и организующее значение танца в жизни первобытного общества.

***Тема 2.*** Профессиональные ансамбли народного танца.

Организация в 1937 году Ансамбля народного танца под руководством И.Моисеева.

Ансамбль народного танца под руководством П.Вирского.

Включение танцевальной группы в состав Государственного хора имени М.Пятницкого под руководством Т.Устиновой и В.Хватова (1938г.)

Н.Надеждина – организатор и художественный руководитель ансамбля

«Берёзка» (1948г.)

Организация при ЦДКА в 1929 году ансамбля, реорганизованного в 1935 году в Центральный ансамбль песни и пляски Красной Армии.

***Раздел 3.***

***Балет как вид театрального искусства***

***Тема 1.*** Синтез различных видов искусств в балете. Создание балетного

спектакля.

Роль и взаимное влияние различных видов искусств – музыкального искусства, хореографического искусства, живописного искусства, литературы и др. – в создании балета.

Значение литературного первоисточника. Роль либреттиста, композитора, хореографа, исполнителя в создании балетного спектакля.

Народные истоки сценической хореографии.

***Тема 2.*** Зарождение балетного театра. Оперы-балеты Ж. Люли. Комедии-балеты

Ж. Мольера. Реформатор балетного театра Ж.Ж.Новер.

Возникновение балетного искусства во Франции (XIII – XIV века). Фольклорная основа народных и придворных танцевальных форм. Основание Королевской академии танца. Близость форм бытового придворного и сценического танца.

Жан Батист Люли – композитор, определивший стиль французской придворной оперы в XVII веке. Создание многочисленных образов танцевальной музыки; балетные сцены в операх Ж.Б.Люлли, музыка для балетов-комедий Ж.Б.Мольера.

Жан Батист Мольер. Балеты-комедии Ж.Б.Мольера. обогащение хореографии новыми приёмами, слияние в них пластики, пантомимы, танца с другими компонентами сложного сценического действия. Балеты: «Докучные», «Мещанин во дворянстве», «Мнимый больной», «Господин де Пурсоньяк»

II Год обучения

***Раздел 3.***

***Балет как вид театрального искусства***

***Введение:*** Преподаватель знакомит учащихся с программным материалом и задачами на данный учебный год.

***Тема 2.*** Зарождение балетного театра. Оперы-балеты Ж. Люли. Комедии-балеты

Ж. Мольера. Реформатор балетного театра Ж.Ж.Новер.

Жан Жорж Новер (XVIII век). Обоснование Ж,Ж.Новером самостоятельности балетного театра, его отделения от оперы и драмы. «Письма о танце». Создание сюжетного балета- пьесы, построенной по законам драматургии. Требования художественного единства всех компонентов спектакля – музыки, хореографии, сценического оформления, костюмов, исполнителей. Обоснование дественного танца, как главного выразительного средства балета. Основные этапы творческой биографии Ж.Новера (общие сведения).

Ученик Новера – Жан Доберваль – и его балет «Тщетная предосторожность» (музыка неизвестного композитора)

***Тема 3.*** Романтический балет и его представители: М.Салле, М.Камарго, Ф.Эльслер,

Ж.Перро и др. Балеты «Сильфида», «Жизель», «Эсмеральда».

Романтизм – художественное направление в искусстве конца XVIII – первой половины XIXв. Общая характеристика романтизма.

Мари Сале и Мари Камарго – краткая характеристика творчества.

Фани Эльслер – краткая характеристика творчества.

Жюль Жозеф Перро. Краткая характеристика творчества. Социальные, демократические мотивы в его творчестве, связь с современной литературой. Четкая драматургическая основа его спектаклей, создание ярких образов героев, их психологическая глубина, многоплановость. Мастерство в построении массовых сцен.

Балет Х.Левеншелля «Сильфида». Гибель идеальной мечты в столкновении с реальной действительностью – основная идея балета. Краткое содержание балета.

Балет А.Адана «Жизель» - вершина романтического балетного репертуара. Краткая характеристика спектакля.

Балет Ч.Пуньи «Эсмеральда». Краткая характеристика спектакля.

Выразительные средства романтического балета, его влияние на дальнейшее развитие мировой хореографии.

***Раздел 4.***

***Русский балет.***

***Тема 1.*** Основные черты русского балета (краткий исторический обзор)

Традиции русского народного танцевального искусства. Отражение в народном танце явлений природы, труда, быта, нравов и обычаев народа, его национального характера.

Виды народной пляски: хровод, парный танец, танец – импровизация, перепляс и их характристика. Связи народного танца с песней. Стиль, манера, техника исполнения (областные особенности композиционного построения, стиля исполнения танца, характерные черты мужского и женского танца).

Скоморохи – первые профессиональные танцоры на Руси.

Влияние народного танцевального искусства на формирование эстетических требований к сценическому танцу.

Придворный театр Алексея Михайловича, первые балетные представления.

Реформы Петра I, бытовая хореография при ПетреI.

Зарождение танцевальной школы в России в недрах казённых учебных заведений (Шляхетский корпус, деятельность Ланде), открытие профессиональной школы в Петербурге и в Москве.

Придворные балетные представления в России, открытие публичных театров в Петербурге и Москве. Деятельность мастеров европейского балета в России: Ф. Хильфердинга, Г. Анджиолини.

***Тема 2.*** Романтизм в русском балете.

Балет в 30-е годы XIX века. Особенности русского романтизма.

Филипп и Мария Тальони, Жюль Перро и Фани Эльслер в России. Влияние их творчества на русский балетный театр. Балеты романтического репертуара в России. «Жизель» в России.

Освоение Русскими исполнителями стиля и приёмов романтического балета.

Екатерина Санковская. Близость её творчества передовым идеям эпохи. Творческий портрет Санковской.

Елена Андреянова. Глубин и содержательность созданных ею сценических образов, национальный склад её дарования. Творческий портрет Андреяновой.

***Тема 3.*** Симфонические балеты П.И.Чайковского «Щелкунчик», «Лебединое озеро»,

«Спящая красавица».

Балеты П.И.Чайковского и их роль в укреплении национальной русской балетной школы. Творческая встреча М.Петипа с П.И.Чайковским.

Балет «Спящая красавица» - одно из крупнейших достижений русской культуры: симфоническая драматургия балета, значительность и выразительность образов спектакля, их оптимистический характер.

Балет «Лебединое озеро». Участие М.Петипа в создании балета. Характеристика II и IV актов балета П.И.Чайковского «Лебединое озеро» в постановке Л.Иванова. открытие новых пластических приёмов, создание образа Лебедя, пластическая симфония «лебединых» картин.

Балет П.И.Чайковского «Щелкунчик» в постановке Л.Иванова. характеристика спектакля.

***Тема 4.*** А. К. Глазунов «Раймонда».

Творческая встреча М.Петипа с А.К.Глазуновым. балет «Раймонда». Открытие дальнейших путей симфонизации танца. Краткая характеристика балета.

***Тема 5.*** Русские балетмейстеры: М.Петипа, И.Вальберх, К.Дидло, А.Горский,

М.Фокин, Л.Иванов

Мариус Иванович Петипа. Биографические данные, этапы творческого пути.

Иван Иванович Вальберх. Краткая характеристика творчества.

Шарль (Карл) Луи Дидло. Ш. Дидло и его роль в развитии русского балета. Связь искусства Ш. Дидло с идеями эпохи декабристов. Пушкинские балеты Дидло. Ученики Ш. Дидло: Е.Колосова, Н.Данилова, А.Истомина, Н.Гольц.

Александр Алексеевич Горский. А.Горский и московский балет. Пересмотр Горским академических традиций при постановках спектаклей классического репертуара: П.И.Чайковский «Лебединое озеро», А,Адан «Жизель», А.К.Глазунов «Раймонда», Стремление А.Горского к драматургической логике и оправданности действия, исторической точности обстановки; смелость и новизна режиссёрских приёмов, отказ от условного жеста в пантомиме, отказ от симметрии, принцип «живописного» построения массовых сцен.

Михаил Михайлович Фокин. Краткие биографические сведения. М.М.Фокин – выдающийся танцовщик. Педагогическая деятельность М.М.Фокина. две основные линии в творчестве М.М.Фокина: создание пластической драмы и создание постановок, воспроизводящих стиль прошедших эпох. Обращение М.М.Фокина к инсценировкам классических музыкальных произведений. Балетные постановки – «Шопениана» на музыку Ф.Шопена и «Арагонская хота» на муз. М.И.Глинки – как высшее достижение Фокина в этой области. Постановка танцев в опере М.И.Глинки «Руслан и Людмила» и «Половецких плясок» в опере А.П.Бородина «Князь Игорь» - крупнейшее достижение русской и мировой хореографии.

Лев Иванович Иванов. Основные этапы творческого пути.

***Раздел 5.***

***Советский балет.***

***Тема 1.*** Основные черты советского балета. Краткий обзор.

Балетный театр первых послереволюционных лет. Балетный театр 30-х годов. Советский балет в годы Великой Отечественной войны. Балет в 60 – 80 годы.

***Тема 2.*** Балеты С.С. Прокофьева: «Ромео и Джульетта», «Золушка».

Балет «Ромео и Джульетта» - спектакль шекспировского масштаба. Конфликт двух жизненных позиций – основа создания многогранных, психологически глубоких образов главных героев. Богатство пластических красок, разнообразие и убедительность режиссерских приемов, мастерство в решении массовых сцен. Цельность драматургии, образная яркость и насыщенность действия при номерной структуре спектакля – новое направление в балетном театре.

Балет «Золушка» в постановке Р. Захарова – спектакль о возвышающей силе любви, торжестве доброты, трудолюбия, мужества. Последующие постановки балета.

***Тема 3.*** Советские балетмейстеры: Ф.В. Лопухов, Ю. Григорович, Л. Якобсон, К.

Сергеев, И. Бельский, Р. Захаров, В. Чабукиани и др.

Федор Васильевич Лопухов. Поиски Ф. В. Лопухова новых хореографических форм и выразительных возможностей балетного театра. Значение творчества Ф. Лопухова в развитии советского балета.

Юрий Николаевич Григорович. Новые постановки классических балетных спектаклей: «Щелкунчик», «Спящая красавица», «Лебединое озеро», «Жизель» и др.

Леонид Вениаминович Якобсон. «Хореографические миниатюры» - жанр «малых форм» советского балетного театра. Создание Л.В. Якобсоном балетной труппы «Хореографические миниатюры».

Константин Михайлович Сергеев. Проблемы расовой дискриминации – ведущая тема балета К. Караева «Тропою грома». Использование африканского фольклора.

Игорь Дмитриевич Бельский. Балет А.П. Петрова «Берег надежды» - социальная направленность балета.

Ростислав Владимирович Захаров. Пушкинская тема в творчестве Захарова. Балет Б. Асафьева «Бахчисарайский фонтан». Общая характеристика балета.

Вахтанг Михайлович Чабукиани. Театр Шекспира в балете А.Д. Мачавариани «Отелло».

***Тема 4.*** Выдающиеся исполнители: А. Павлова, Г. Уланова, М. Плисецкая, А.

Мессерер, В. Васильев, М. Лавровский, К. М. Лиепа, Е. Максимова, Р.

Стручкова и др. (по усмотрению педагога).

Краткая характеристика исполнительского искусства вышеуказанных мастеров.

***Раздел 6.***

***Бальный танец.***

***Тема 1.*** Проникновение в Россию зарубежного бального танца.

Учреждение Петровских ассамблей в Петербурге (1718 г.). Танцы на

ассамблеях. Исполнение наряду с зарубежными бальными танцами русских народных плясок. Быстрое распространение бальных танцев (французский кадриль, менуэт, гавот алеман) в широких кругах населения.

***Тема 2.*** Танцевальная культура XVIII – XIX веков (музыка, костюм, прическа,

этикет).

Роль костюма и прически в истории человеческой культуры. Эстетическое формирование костюма на основе его функционального значения. Национальные костюмы. Понятие «моды».

Пути и общие закономерности развития костюма и прически. Общие тенденции развития в рамках художественного стиля эпохи. Прически, новое в косметике, парики.

Роль Франции в развитии культуры XVIII века. Краткая характеристика политического, Экономического положения этого периода. Париж – диктатор моды.

Западноевропейский и русский костюм XIX века. Общая характеристика эпохи.

***Тема 3.*** Современный танец и его особенности.

Айседора Дункан. Творчество Айседоры Дункан и ее влияние на развитие современного танца. Пластический и ритмопластический танец, его жизнь и судьба в России.

Современный танец – спорт или искусство? Различные направления и стили исполнения современного танца.

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

**4. Результативность:**

Учащиеся усвоят понятия: виды и жанры хореографии, суть профессиональной работы балетмейстера, исполнителя, педагога-хореографа; выразительные средства балетного спектакля и его главные компоненты: драматургию, музыку, хореографию. Будут грамотно ориентироваться в существе процессов становления и развития балетного театра, определяющих его формы, идейную направленность и стилистику на каждом историческом этапе.

**5. Список литературы:**

1. Бахрушин Ю.А. История русского балета. – М., 1973

2. Красовская В.М. Русский балетный театр начала XX века. Том 1: Хореографы- Л., 1971

1 Год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4.  5. | Введение:  Знакомство с предметом.  Хореография как вид искусства:   1. Выразительный язык танца, его особенности. 2. Музыкально-хореографический образ. 3. Исполнительские средства выразительности. 4. Виды и жанры хореографии.   Народный танец:   1. Тесная связь народного танца с музыкой,   песней, бытом, обычаями, культурой народа.  Первобытные пляски.   1. Профессиональные ансамбли народного   танца.  Балет как вид театрального искусства:   1. Синтез искусств в балете: музыка, хореография   Литература, изобразительное искусство. Создание балетного спектакля. Народные истоки сценической хореографии.   1. Зарождение балетного театра. Оперы-балеты   Ж. Люли. Комедии-балеты Ж. Мольера.  Контрольные уроки  Итого: | 1  8    12  8  4  -------------    33 | 1  8    12  8  4  ----------    33 |  |

II Год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.    2.  3.  4. | Введение:  Ознакомление с программным материалом на  данный учебный год, с поставленными задачами    Балет как вид театрального искусства:   1. Реформатор балетного театра Ж.Ж. Новер. 2. Романтический балет и его представители:   М.Салле, М.Камарго, Ф.Эльслер, Ж.Перро.  Балеты: Х.Левеншелль «Сильфида», А.Адан  «Жизель», Ч.Пуньи «Эсмеральда»  Русский балет:   1. Основные черты русского балета (краткий   исторический обзор)  2. Романтизм в русском балете.   1. Симфонические балеты П.И.Чайковского   «Щелкунчик», «Лебединое озеро», «Спящая  красавица».   1. А.К.Глазунов. Балет «Раймонда» 2. Русские балетмейстеры: М.Петипа, И.Вальберхт, К.Дидло, А.Горский, М.Фокин.   Контрольные уроки.  Итого: | 1  12        14  4  -------------    31 | 1  12        14            4  ----------    31 |  |

III Год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.      2.  3. | Советский балет   1. Основные черты советского балета (краткий   обзор)   1. С.С.Прокофьев «Ромео и Джульетта»,   «Золушка»   1. Советские балетмейстеры: Ф.Лопухов, Ю.Григорович, Л.Якобсон, К.Сергеев, И.Бельский, Р.Захаров, В.Чабукиани.   4. Выдающиеся исполнители: А.Павлова,  Г.Уланова, М.Плисецкая, А.Мессерер,  В.Васильев, В.М.Лиепа, М. Лавровский,  К.Максимова, Р.Стручкова.  Бальный танец   1. Происхождение бального танца.   Танцевальные народные истоки бального  танца.   1. Танцевальная культура XVI – XIX веков   (музыка, костюм, причёска)   1. Современный танец и его особенности   (музыка, стиль исполнения)  Контрольные уроки  Итого: | 18  10  4  -------------    32 | 18  10    4  ----------    32 |  |

**ИСТОРИКО-БЫТОВОЙ ИСОВРЕМЕННЫЙ БАЛЬНЫЙ ТАНЕЦ**

I год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4. | Введение:  Знакомство с предметом. Вводная часть урока.  Коллективно-порядковые и ритмические упражнения  Упражнения по развитию техники танца  Разучивание элементов, комбинаций и фигур,  Исполнение бальных танцев.  «Чебурашка»  «Аннушка»  «Полька»  «Полонез»  «Приглашение»  «Падеграс»  «Сударушка»  «Полянка» | 8  12  16  32 | 6  2  2  2 | 2  10  14  30 |
|  | Всего: | 68 | 12 | 56 |

**2. Содержание программы:**

***1.Введение. Вводная часть урока:***

Помогает лучше организовать учащихся и подготовить их к основной, танцевальной части занятий. В краткой беседе педагог знакомит детей с содержанием и основными задачами предстоящего занятия. На первых уроках он знакомит учащихся с организационными моментами ( ход урока, требования к одежде, внешнему виду и т.д.) Каждый урок начинается с организованного входа учащихся в танцевальный зал и их поклона педагогу.

***2. Коллективно-порядковые упражнения:***

Все построения могут быть исполнены на музыкальный размер 4\4, 2\4, 3\4.

Используются различные виды шагов:

-- простой шаг вперед, назад, в сторону;

-- танцевальный шаг

--подскоки на месте и с продвижением;

-- русский переменный шаг.

Ритмические упражнения:

1. Хлопки в ладоши, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размер 3\4,  
   4\4, 2\4 акцентируя разные доли такта.
2. Сочетание ритмических хлопков с различными вод  
   прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

***3.Упражнения по развитию техники танца (тренировочные):***

1. Поклон.

2. Позиции ног 1, 2, 3,6-я.

3. Позиции рук (подготовительная).

4. Приседание по 1,2,3, и 6-й позициям.

5. Отведение ноги (по 1 – З позициям вперед, в сторону, назад)

1. Отведение ноги с приседанием по 1 - 3 позициям вперед, назад, в сторону.

7. Отведение ноги с сокращением стопы по 1 - 3 позициям вперед, назад, в сторону.

8. Подъем на полупальцы по 1,2, 3,6-й позициям.

9. Упражнения для рук (переводы рук).

10. Наклоны (в стороны, вперед, назад) и повороты корпуса.

***«Чебурашка»***муз. размер 2\4, 4\4

Открытое положение. Закрытое положение (полож. в паре) Основные движения:

-— танцевальный шаг (с носка и каблука) всторону, вперед, назад;

* неваляшка (покачивание корпуса с подъемом прав, ноги)  
  --- «гармошка»
* «дразнилка  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Аннушка»***муз. размер3\4

Открытое положение. Закрытое положение (полож. в паре) Основные движения:

* хлопки в ладоши
* простые шаги вперед и повороты  
  --- прыжки на двух ногах  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Полька»***муз. размер 2V4

Положение в паре. Основные движения:

— па польки по З п. на месте, в стороны, с продвижением вперед и назад.

---- подскоки на месте, с продвижением и в повороте.

---- хлопки в ладоши

— па галопа — соло повороты  
 Соединение фигур. Композиция.

***«Полонез»***муз, размер 3\4

Открытое положение. Основные движения:

* шаг полонеза
* шаг глиссад  
  ---- шаг купэ
* балансе-минузт  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Приглашение»***муз. размер 2\4

Положение в паре. Закрытое положение Основные движения:

—- поклоны (мальчиков и девочек)

* подскоки
* тройные притопы  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Падеграс»***муз, размер 4\4

Открытое положение. Закрытое положение Основные движения:

—- основные движения в сторону

— танцевальный шаг вперёд в повороте  
Композиция.

**3.Методическое обеспечение:**

1. Форма занятий – урок
2. Техническое обеспечение – магнитофон, фортепиано

**4.Результативность:**

Учащиеся будут уметь двигаться в танцевальном зале свободно и не

принуждённо. Будут знать и исполнять танцевальные композиции,

предусмотренные данной программой, уметь работать в паре и ансамбле.

Будут владеть техникой исполнения элементов бальных танцев, расширят свой кругозор.

**5. Список литературы:**

При составлении программы использованы материалы педагогов –

исследователей В.Н. Светинской, Е.В. Коноровой, П.В. Чеботорёва

**2 год**

**Содержание программы:**

***1.Введение. Вводная часть урока:***

Помогает лучше организовать учащихся и подготовить их к основной, танцевальной части занятий. В краткой беседе педагог знакомит детей с содержанием и основными задачами предстоящего занятия. На первых уроках он знакомит учащихся с организационными моментами ( ход урока, требования к одежде, внешнему виду и т.д.) Каждый урок начинается с организованного входа учащихся в танцевальный зал и их поклона педагогу.

***2. Коллективно-порядковые упражнения:***

Все построения могут быть исполнены на музыкальный размер 4\4, 2\4, 3\4.

Используются различные виды шагов:

-- простой шаг вперед, назад, в сторону;

- танцевальный шаг

--подскоки на месте и с продвижением;

-- русский переменный шаг.

Ритмические упражнения:

1. Хлопки в ладоши, соблюдая ритмический рисунок на музыкальный размер 3\4,  
   4\4, 2\4 акцентируя разные доли такта.
2. Сочетание ритмических хлопков с различными вод  
   прыжков, движениями рук, головы, корпуса.

***3.Упражнения по развитию техники танца (тренировочные):***

1. Поклон.

2. Позиции ног 1, 2, 3,6-я.

3. Позиции рук (подготовительная).

4. Приседание по 1,2,3, и 6-й позициям.

5. Отведение ноги (по 1 – З позициям вперед, в сторону, назад)

1. Отведение ноги с приседанием по 1 - 3 позициям вперед, назад, в сторону.

7. Отведение ноги с сокращением стопы по 1 - 3 позициям вперед, назад, в сторону.

8. Подъем на полупальцы по 1,2, 3,6-й позициям.

9. Упражнения для рук (переводы рук).

10. Наклоны (в стороны, вперед, назад) и повороты корпуса.

**«*Русский лирический»***муз. размер 2\4

Открытое положение. Закрытое положение. Основные движений:

* тройной ход вперёд, назад, в повороте
* припадание
* соло - поворот  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Слонёнок»***муз. размер 4\4

Открытое положение. Основные движения;

—- отведение нот в сторону на носок

---- сгибание ноги вперед, бросок ноги вперёд

* хлопки в ладоши
* прыжки на двух ногах в поворота и на  
  Соединение фигур. Композиций.

***«Вару - вару»***муз. размер 4\4

Открытое положение. Закрытое положение. Основные движения:

* боковой ход в сторону и с поворотом
* отведение ноги вперёд на носок
* отведение ноги вперёд и в сторону на каблук
* хлопки в ладоши  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Буратино»***муз. размер 2\4

Основные движения:

—- повороты стоп ног в сочетании с движением рук

* приставные шаги
* повороты корпуса
* прыжки на двух ногах и на одной
* отскоки назад в сочетании с движением рук  
  Соединение фигур. Композиция.

***«Чунга – чанга»***муз. размер 2\4

Основные движения:

* «дразнилка»
* «ножницы»
* «молоточки»
* выставление ноги в сторону на носок
* хлопки в повороте  
  Соединение фигур.

***«Риле»*** муз, размер 4\4

Открытое положение. Закрытое положение,

Основные движения:

— основной шаг

--- двойной шаг на месте и в повороте

— «каблучки»  
— соло - повороты  
Соединение фигур. Композиция.

***«Казачок»***муз. размер 2\4

Основные движения:

—- выставление ноги вперёд на каблук в полуприседании

-— хлопки в повороте

-— прыжки с выставлением ноги в сторону и со сменой ног

—- шаги с хлопками

Соединение фигур. Композиция.

***«Летка – енка»*** муз. размер 2/4

Открытое положение. Закрытое положение. Основные движения:

* основной шаг
* броски ног вперёд с прыжками
* прыжки на двух ногах и в повороте
* соло - повороты  
  Соединение фигур. Композиция.

**3.Методическое обеспечение:**

1. Форма занятий – урок
2. Техническое обеспечение – магнитофон, фортепиано

**4.Результативность:**

Учащиеся будут уметь двигаться в танцевальном зале свободно и не

принуждённо. Будут знать и исполнять танцевальные композиции,

предусмотренные данной программой, уметь работать в паре и ансамбле.

Будут владеть техникой исполнения элементов бальных танцев, расширят свой кругозор.

**5. Список литературы:**

При составлении программы использованы материалы педагогов –

исследователей В.Н. Светинской, Е.В. Коноровой, П.В. Чеботорёва

**3 год**

**Содержание программы:**

***1.Введение. Вводная часть урока:***

Помогает лучше организовать учащихся и подготовить их к основной, танцевальной части занятий. В краткой беседе педагог знакомит детей с содержанием и основными задачами предстоящего занятия. На первых уроках он знакомит учащихся с организационными моментами ( ход урока, требования к одежде, внешнему виду и т.д.) Каждый урок начинается с организованного входа учащихся в танцевальный зал и их поклона педагогу.

***2. Коллективно-порядковые упражнения:***

Все построения могут быть исполнены на музыкальный размер 4\4, 2\4, 3\4.

1. Используются различные виды шагов:

1. с носка, с каблука, на полупальцах, на внутренних и наружных рёбра стопы

2. простой шаг вперед, назад, в сторону;

3.танцевальный шаг

4. подскоки на месте и с продвижением;

5. русский переменный шаг.

6. лёгкий бег с носка и с подъёмом колена вперёд, с отбрасыванием ноги от колена назад

7. подскоки на месте и с продвижением

2. Знакомство с правилами ориентации в танцевальном зале; по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и е центру, против линии танца.

3. Передвижение в танцевальном зале в различных направлениях, используя:

1. танцевальный шаг

2. шаг полонеза

3. русский переменный

4. тройной ход с ударом

5. па галопа

6. па шассе

7. па польки

4. Прыжки (по линиям):

1. на двух ногах

2. на одной

3. с ноги на ногу

4. тина ножницы

5. Ритмические хлопки в ладоши с различными движениями ног.

6. Координационные упражнения рук для восстановления дыхания (подъёмы, опускания, вращение и встряхивание кистей)

***3.Упражнения по развитию техники танца (тренировочные):***

1. Приседание по 1,3, и 6-й позициям с выдвижением ноги вперёд, в сторону, назад.
2. Маленькие броски по 1, 3 позициям вперёд, в сторону, назад.
3. Перевод ноги через 1п. по полу вперёд и назад
4. Круговое движение по полу.
5. Упражнения для корпуса и рук.
6. Подъем на полупальцы
7. Прыжки в позициях

*Упражнения для рук поочерёдно и вместе:*

1. Вращение кистей, предплечий, всей руки.

*Упражнения для головы и шеи:*

1. Повороты головы в стороны
2. наклоны головы вперёд, в сторону, назад
3. вращательные движения

*Упражнения для плеч (поочерёдно и вместе):*

1. поднимание и опускание
2. вращательные движения

*Упражнения для корпуса:*

1. повороты в стороны
2. наклоны назад

Прыжки по 1, 3, 6 позициям

***4. Разучивание элементов, комбинаций и фигур бальных танцев***

***«Улыбка»*** муз. разм. 4/4

Основные движения:

1. выставление ноги вперёд на каблук в полуприседании

* 1. повороты корпуса
  2. наклоны корпуса
  3. приставные шаги с хлопками

Соединение фигур. Композиция.

***«Полька – знакомство»*** муз. разм. 2/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. «приглашение»
2. подскоки на месте и в повороте
3. выставление ноги в сторону на каблук, носок, каблук.

Соединение фигур. Композиция.

***«Русский лирический»*** муз. разм. 2/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. тройной ход вперёд, назад и в повороте
2. припадание
3. соло – поворот

Соединение фигур. Композиция.

***«Фигурный вальс»***  муз. разм. 3/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. повороты вальса вправо и влево
2. балансе в сторону, вперед, назад
3. вальсовая дорожка

Соединение фигур. Учебная композиция.

***«Краковяк»*** муз. разм. 2/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. шаг с ударом на месте, с продвижением вперёд и назад
2. вальсовые повороты вправо на подскоках

Соединение фигур. Композиция.

***«Медленный вальс»*** муз. разм. ¾

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. закрытая перемена с правой и левой ноги
2. правый и левый поворот
3. Виск

Соединение фигур. Композиция.

***«Вальс – мазурка»*** муз. разм. ¾

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. вальсовые повороты
2. «ключ»
3. «голубец»

Соединение фигур. Композиция.

***«Ча – ча – ча»*** муз. разм 4/4

Основные движения:

1. шассе ча-ча-ча вправо, влево
2. основные движения вперёд, назад
3. веер
4. осевые повороты
5. раскрытие вперёд (чек) и назад (рука в руке)

Соединение фигур.

**3.Методическое обеспечение:**

1. Форма занятий – урок
2. Техническое обеспечение – магнитофон, фортепиано

**4.Результативность:**

Учащиеся будут уметь двигаться в танцевальном зале свободно и не

принуждённо. Будут знать и исполнять танцевальные композиции,

предусмотренные данной программой, уметь работать в паре и ансамбле.

Будут владеть техникой исполнения элементов бальных танцев, расширят свой кругозор.

**5. Список литературы:**

При составлении программы использованы материалы педагогов –

исследователей В.Н. Светинской, Е.В. Коноровой, П.В. Чеботорёва.

**4 год**

**Содержание программы:**

***1.Введение. Вводная часть урока:***

Помогает лучше организовать учащихся и подготовить их к основной, танцевальной части занятий. В краткой беседе педагог знакомит детей с содержанием и основными задачами предстоящего занятия. На первых уроках он знакомит учащихся с организационными моментами ( ход урока, требования к одежде, внешнему виду и т.д.) Каждый урок начинается с организованного входа учащихся в танцевальный зал и их поклона педагогу.

***2. Коллективно-порядковые упражнения:***

Все построения могут быть исполнены на музыкальный размер 4\4, 2\4, 3\4.

1. Используются различные виды шагов:

1. с носка, с каблука, на полупальцах, на внутренних и наружных рёбра стопы

2. простой шаг вперед, назад, в сторону;

3.танцевальный шаг

4. подскоки на месте и с продвижением;

5. русский переменный шаг.

6. лёгкий бег с носка и с подъёмом колена вперёд, с отбрасыванием ноги от колена назад

7. подскоки на месте и с продвижением

2. Знакомство с правилами ориентации в танцевальном зале; по линии танца, к центру, к стене, диагонально к стене и е центру, против линии танца.

3. Передвижение в танцевальном зале в различных направлениях, используя:

1. танцевальный шаг

2. шаг полонеза

3. русский переменный

4. тройной ход с ударом

5. па галопа

6. па шассе

7. па польки

4. Прыжки (по линиям):

1. на двух ногах

2. на одной

3. с ноги на ногу

4. тина ножницы

5. Ритмические хлопки в ладоши с различными движениями ног.

6. Координационные упражнения рук для восстановления дыхания (подъёмы, опускания, вращение и встряхивание кистей)

***3.Упражнения по развитию техники танца (тренировочные):***

1. Приседание по 1,3, и 6-й позициям с выдвижением ноги вперёд, в сторону, назад.
2. Маленькие броски по 1, 3 позициям вперёд, в сторону, назад.
3. Перевод ноги через 1п. по полу вперёд и назад
4. Круговое движение по полу.
5. Упражнения для корпуса и рук.
6. Подъем на полупальцы
7. Прыжки в позициях

*Упражнения для рук поочерёдно и вместе:*

1. Вращение кистей, предплечий, всей руки.

*Упражнения для головы и шеи:*

1. Повороты головы в стороны
2. наклоны головы вперёд, в сторону, назад
3. вращательные движения

*Упражнения для плеч (поочерёдно и вместе):*

1. поднимание и опускание
2. вращательные движения

*Упражнения для корпуса:*

1. повороты в стороны
2. наклоны назад

Прыжки по 1, 3, 6 позициям

***4. Разучивание элементов, комбинаций и фигур бальных танцев:***

***«Полька»*** муз. разм. 2/4 закрепление пройденного материала и продолжение изучения.

Основные движения:

1. па галопа в повороте

* 1. до-за до
  2. Па польки в повороте в паре вправо

Соединение фигур. Композиция.

***«Разрешите пригласить»*** муз. разм. 4/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. шаги с прыжком
2. ножницы на месте и в повороте
3. маятник, хлопки в ладоши
4. приглашение

Соединение фигур. Композиция.

***«Быстрый фокстрот»*** муз. разм. 4/4

Основные движения:

1. четвертные повороты
2. прогрессивное шассе
3. правый поворот
4. лок-степ вперёд и назад

Соединение фигур.

***«Краковяк»***  муз. разм. 2/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. па де баск
2. простые шаги с ударом вперед и назад
3. голубец, вальсовые повороты

Соединение фигур. Учебная композиция.

***«Вальс - гавот»*** муз. разм. 3/4, 4/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. танцевальные шаги вперёд, назад и в повороте, шаг купе
2. балансе – минуэт, поклоны, балансе в сторону
3. дорожка вперёд и назад, вальсовые повороты

Соединение фигур. Композиция.

***«Джайв»*** муз. разм. 4/4

Открытое положение. Закрытое положение.

Основные движения:

1. основное движение (фолловей - рокк)
2. разрыв (фолловей – разделение)
3. связка и рокк – связка, хлыст

Соединение фигур. Композиция.

***«Вальс по 3-й позиции»*** муз. разм ¾

Закрытое положение.

Основные движения:

1. повороты вправо
2. дорожка вперёд и назад

Соединение фигур. Композиция.

***«Самба»*** муз. разм. 2/4

Основные движения:

1. основное движение на месте и в повороте

2. виск, осевые повороты

3. променадный самба-ход

Соединение фигур.

**3.Методическое обеспечение:**

1. Форма занятий – урок
2. Техническое обеспечение – магнитофон, фортепиано

**4.Результативность:**

Учащиеся будут уметь двигаться в танцевальном зале свободно и не

принуждённо. Будут знать и исполнять танцевальные композиции,

предусмотренные данной программой, уметь работать в паре и ансамбле.

Будут владеть техникой исполнения элементов бальных танцев, расширят свой кругозор, разовьют фантазию, образную память.

**5. Список литературы:**

При составлении программы использованы материалы педагогов –

исследователей В.Н. Светинской, Е.В. Коноровой, П.В. Чеботорёва.

**КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

I год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3. | Введение: Знакомство с предметом. Позиции ног,  рук. Постановка корпуса.  Экзерсис у станка  Demi-plies  Battements tendus  Понятие направлений en dehors et en dedans  Demi rond de jambe par terre  Battements tendus jetes  Положение ноги sur le cou-de-pied  Battements frappes  Releves на полупальцы  Battements tendus plie-soutenus  Preparation для rond de jambe par terre  Battements fondues  Petits battements sur le cou-de-pied  Battements doubles frappes  Grand plie  Battements retires  Перегибания корпуса  Экзерсис на середине:  Позиции рук  Поклон  Demi-plies  Battements tendus  Battements tendus jetes  Demi rond de jambe par terre  Preparation для rond de jambe par terre  Grand plie  Положения epaulements croisee` et efface`  Port de bras  Малые позы  Releves на полупальцы  Pas de bourree simple  Allegro:  Temps sauté  Changement de pieds  Pas echappe по 2п.  Pas assembie в сторону | 4  4  14  4  4  6  4  8  4  8  2  8  4  4  4  4  4  2  2  2  6  4  2  1  4  1  4  2  2  4  4  4  4  4 | 1  0,5  2  1  1  1  1  1  0,5  1  0,5  1  1  1  1  1  1  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  1    1  1  1  1 | 3      3,5  12  3  7  5  3  7  3,5  7  1,5  7  3  3  3  3  3    1,5  1,5  1,5  5,5  3,5  1,5  0,5  3,5  0,5  3,5  1,5  1,5  3  3  3  3  3 |
|  | Всего: | 140 | 26,5 | 113,5 |

**2. Содержание программы:**

***1Введение:***

Основными задачами обучения в первом классе являются: постановка ног, корпуса, рук, головы в процессе освоения основных движений классического тренажа у станка и на середине, развитие элементарных навыков координации движений.

***2 Экзерсис у станка***

Позиции ног – 1, 2, 3, 4 и 5.

Позиции рук — подготовительное положение, 1, 2, 3 (вначале изучается на середине зала при неполной

выворотности ног).

1. Demi-plies в 1, 2, 3, 4 и 5 позициях.

1. Battements tendus:

а) по 1-й позиции в сторону, вперед, назад;

б) demi-plies в 1-й позиции в сторону, вперед, назад;

в) в 5-й позиции в сторону, вперед, назад;

г) с demi-plies в 5-ю позицию в сторону, вперед, назад;

д) с опусканием пятки во 2-ю позицию из 1-й и 5-й позиций;

е) с demi-plies во 2-ю позицию без перехода с опорной ноги и в 4-ю позицию без перехода и с переходом с

опорной ноги из1 и 5-й позиций,

ж) passe parterre — проведение ноги вперед и назад через 1-ю позицию.

3. Понятие направлений en dehors et en dedans.

4. Demi rond de jambe par tore en dehors et en dedans.  
5. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans,

6. Battements tendus jetes:

а) по 1 и 5-й позициям в сторону, вперед, назад;

б) demi-plies в 1 и 5-ю позиции в сторону, вперед, назад;

в) piques в сторону, вперед, назад.

7. Положение ноги sur le cou-de-pied вперед и назад (обхватное, для  
 battements frappes).

8. Preparation для fond de jambe par terre en dehors et en dedans

9. Battements frappes в сторону, вперед, назад. Вначале носком

в пол, позднее — на 45\*

10. Releves на полупальцы в 1, 2 и 5-й позициях, с вытянутых ног и с demi-plies.

1. Battements doubles frappes вперед, в сторону, назад носком в пол, позднее на 45\*
2. Grand plie в 1, 2, 3 и 4 позициях
3. Battements retires ( поднимание ноги из 5п. в положение sur le cou-de-pied и passe и

возвращение в 5п.)

1. Перегибания корпуса назад и в сторону ( лицом к станку)

***3. Экзерсис на середине***

1. Позиции рук: подготовительное положение 1,2,3.

2. Поклон.

3. Demi-plies по 1, 2 позициям en face по 3, 5, 4 позициям en face и позднее – ераulеmеnt

4. Battements tendus,

a)с 1 и 5-й позиции вперед, в сторону, назад;

b) с demi-plies в 1 и 5-й позициях вперед, в сторону, назад;

c)с demi-plies во 2 и четвертой позиции с переходом и без перехода с опорной ноги.

5. Battements tendus jetes;

а) с 1 и 5-й позиций вперед, в сторону, начал;

b) с demi-plies в 1 и 5-й позиции вперед, в сторону, назад.

6. Demi-rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

8. Положение epaulements croise et efface.

9. Grand plie в 1 и 2 позициях en face, в 5 позиции en face et epaulements

10. 1, 2, 3-е port de bras

11. Малые позы: croisee, effaceе, ecartee вперед и назад;

12. Releves на полупальцы в 1, 2 и 5 позициях с вытянутых ног с demi-plies

13. Pas de bourree simple с переменой ног (вначале изучается лицом к станку).

***5. Allegro***

1. Temps saute no 1, 2 и 5 позициям

2. Chаngement de pieds.

3. Pas echappe no II позиции.

4. Pas assemble в сторону.

1. **Методическое обеспечение:**
2. Форма занятия – урок
3. Техническое обеспечение – фортепиано, магнитофон

**4. Результативность:**

учащиеся должны овладеть постановкой корпуса, головы, рук и ног, уметь работать у станка

и на середине зала, освоить основные элементы классического тренажа, владеть

терминологией.

1. **Список литературы:**
2. Базарова Н. Классический танец - Л. : Искусство, 1975.
3. Ваганова А. Основы классического танца. – Л. – М. : Искусство, 1963
4. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения. // ред. А. Ваганова. – Л. : Сов. Россия, 1961г.

II год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3. | *Экзерсис у станка*:  Battements tendus  Battements tendus jetes  Demi rond de jambe par terre  Battements fondues  Battements soutenus  Battements frappes et battements doubles frappes  Petits battements sur le cou-de-pied  Pas coupe  Pas tombe  Battements developpes  Grand plie  Grand battements jetes  Port de bras  Releves на полупальцы  Полуповороты на полупальцах  *Экзерсис на середине:*  Battements tendus  Battements tendus jetes  Demi rond de jambe par terre  Battements fondues  Battements soutenus  Battements frappes et battements doubles frappes  Petits battements sur le cou-de-pied  Pas coupe  Pas tombe  Battements developpes  Grand battements jetes  Port de bras  Releves на полупальцы  Полуповороты на двух ногах  Вращения на двух ногах  *Allegro:*  Pas balance  Pas de basgue  Temps sauté  Grand Changement de pieds | 6  4  2  6  4  4  3  4  2  4  2  4  4  2  4  4  4  2  4  4  4  4  2  2  3  4  4  4  4  4  3  3  2  4 | 1  1  0,5  1  1  1  1  1  0,5  1  0,5  0,5  0,5  0,5  1  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  1  1  1  0,5  1 | 5  3  1,5  5  3  3  2  3  1,5  3  1,5  3,5  3,5  1,5  3  3,5  3,5  1,5  3,5  3,5  3,5  3,5  1,5  1,5  2,5  3,5  3,5  3,5  3,5  3  2  2  1,5  3 |
|  | Всего: | 108 | 23,5 | 84,5 |

Учебно - тематический план.

**2. Содержание программы:**

***Экзерсис у станка.***

1. Battements tendus:
   1. Double (с двойным опусканием пятки во 2-ю позицию).
   2. В маленьких и больших позах.
2. Battements tendus jetes:
   1. Balancoir.
   2. В маленьких и позах.
3. Demi-rond de jambe на 45\* en dehors et en dedans на всей стопе, позднее – на полупальцах.
4. Battements fondus:
   1. На полупальцах
   2. С plie-releve` на всей стопе, позднее – с подъёмом на полупальцы.
5. Battements soutenus в сторону, вперёд, назад носком в пол и на 45\* на всей стопе, позднее с подъёмом на полупальцы
6. Battements frappes et battements doubles frappes на полупальцах.

8. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.

1. Pas coupe` на всю стопу и на полупальцы.
2. Pas tombe` на месте, другая нога – в положении sur le cou-de- pied
3. Battements developpes:
   1. в сторону, вперед, назад.
   2. passes со всех направлений.
4. Grand plies в 4-й позиции.
5. Grand battements jetes:
   1. pointes
   2. в позах.
6. 1-е и 3-е port de bras могут исполняться с ногой, вытянутой на носок

вперёд, назад и в сторону; 3-е port de bras c demi-plies на опорной ноге.

1. Releve` на полупальцы
   1. в 4-й позиции
   2. с работающей ногой в положении sur le cou-de-pied и на 45\*.
2. Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах

(начиная с вытянутых)

ног и с demi-plies)

***Экзерсис на середине зала.***

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

1. Battements tendus:

* 1. Double (с двойным опусканием пятки во 2-ю позицию).
  2. В маленьких и больших позах.

1. Battements tendus jetes:

a) в маленьких и больших позах

b) piques.

1. Rond de jambe par terre на 45\* en dehors et en dedans на demi-plies.
2. Demi-rond de jambe на 45\* en dehors et en dedans.
3. Battements fondus:

a) в маленьких и больших позах носком в пол на 45\*

b) с plie-releve`

6. Battements soutenus en face в маленьких и больших позах, носком в пол и

на 45\*.

1. Battements frappes et battements doubles frappes носком в пол и на 45\*, в

позах.

8. Petits battements sur le cou-de-pied равномерно и с акцентом en face et

epaulements.

9. Pas coupe` на всю стопу.

10. Pas tombe` на месте, другая нога – в положении sur le cou-de-pied.

1. Battements developpe passes en face.
2. Grand battements jetes et grand battements jetes pointes в позах

a) с наклоном корпуса в сторону

b) с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок

вперёд, назад.

13. 4 и 5-е port de bras в 5-й позиции.

14. Temps lie` par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в

сторону.

20. Releves на полупальцы:

a) в 4-й позиции effacee` et croisee

b) работающая нога в положении sur le cou-de-pied или поднята в

любом направлении на 45\*

1. Полуповороты на двух ногах в 5-й позиции с переменой ног (начиная с вытянутых ног на полупальцах и с demi-plies)
2. Вращение на двух ногах в 5-й позиции на полупальцах на месте (с поворотом головы в зеркало).

***Allegro.***

1. Pas balance
2. Pas de basgue вперёд (сценическая форма)
3. Temps saute` по 4-й позиции.
4. Grand changements de pieds.

***Экзерсис на середине зала.***

1. pas de bourree simple en face ( с переменой ног)

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок
2. Техническое обеспечение – фортепиано

**4. Результативность:**

Учащиеся должны уметь выполнять движения на полупальцах, освоить

технику исполнения упражнений в более быстром темпе, освоить adagio,

уметь выполнять прыжки с приземлением на одну ногу, знать технику

поворотов на двух ногах

**5. Список литературы:**

1. Базарова Н. Классический танец - Л. : Искусство, 1975.
2. Ваганова А. Основы классического танца. – Л. – М. : Искусство, 1963
3. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения. // ред. А. Ваганова. – Л. : Сов. Россия, 1961г.

III год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Р а з д е л ы | Всего  часов | Из них | |
| теория | практика |
| 1.  2.  3. | Экзерсис у станка:  Battements tendus  Demi rond de jambe  Battements fondues  Battements frappes et battements doubles frappes  Pas tombe  Battements developpes  Port de bras  Повороты на полупальцах на двух ногах  Полуповороты на одной ноге  Экзерсис на середине:  Demi rond de jambe  Battements fondues  Battements frappes et battements doubles frappes  Petits battements sur le cou-de-pied  Pas coupe  Pas tombe  Battements developpes  Port de bras  Pas de bourree  Allegro:  Grand pas echappe  Petit pas echappe  Pas assemble  Petit pas jetes | 5  3  6  5  5  5  4  6  6  5  6  6  5  3  3  5  5  5  5  5  5  5 | 1  0,5  1  1  1  1  0,5  1  1  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  0,5  1  1  1  1 | 4  2,5  5  4  4  4  3,5  5  5  4,5  5,5  5,5  4,5  2,5  2,5  4,5  4,5  4,5  4  4  4  4 |
|  | Всего: | 108 | 17,5 | 90,5 |

Учебно - тематический план.

**2. Содержание программы:**

***1.Экзерсис у станка***

1. Battements tendus pour batterie.
2. Demi-rond et rond de jambe на 45\* en dehors et en dedans на полупальцах и на demi-plie`.
3. Battements fondus:
   1. double на всей стопе и на полупальцах;
   2. c plie`-releve` et rond de jambe на 45\* en face, позже – из позы в позу.
   3. с plie`-releve` et rond de jambe на 45\*.
4. Battements frappes et battements double frappes:
   1. на полупальцах;
   2. с окончанием в demi-plie`.
5. Pas tombe`:
   1. с продвижением, работающая нога – в положении sur le cou-de pied

носком в пол, на 45\*.

* 1. на месте с полуповоротом en dehors et en dedans, работающая нога –

в положении sur le cou-de-pied.

6. Battements developpes на полупальцах.

1. 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie` (с растяжкой) без

перехода с опорной ноги и с переходом.

1. Поворот на двух ногах в 5 позиции на полупальцах с переменой ног (с вытянутых ног и с demi-plie`).
2. Полуповороты на одной ноге en de hors et en dedans:
   1. работающая нога в положении sur le cou-de-pied;
   2. с подменой ноги.

***2. Экзерсис на середине зала***

1. Demi-rond et rond de jambe на 45\* en dehors et en dedans на всей стопе.
2. Battements fondus:
   1. на полупальцах en face и в позах;
   2. с plie`-releve` et demi-rond de jambe на 45\* на всей стопе, позднее – на полупальцах.
3. Battements frappes et battements doubles frappes:
   1. на полупальцах;
   2. с окончанием в demi-plie`.
4. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.
5. Pas coupe` на полупальцы.
6. Pas tombe` с продвижением, работающая нога в положении sur le cou-de-pied; носком в пол и на 45\*.
7. Battements developpes на всей стопе.
8. 3-е port de bras:
   1. с ногой, вытянутой на носок вперёд или назад на demi-plie`.
   2. с ногой, вытянутой на носок назад на plie` (с растяжкой), с переходом с опорной ноги.
9. Pas de bourree de cote` носком в пол и на 45\*.
10. Pas de bourree ballotte` на efface et croisee носком в пол и на 45\*.
11. Pas de bourree simple (с переменой ног) en tournant en dehors et en dedans.

***3. Allegro***

1. Grand pas echappe на 2 и 4 позицию на croisee et effacee/
2. Petit pas echappe на 2 и 4 позицию
3. Pas assemble вперёд и назад en face.
4. Petit pas jetes en face, позднее – с окончанием в маленькие позы.
5. **Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

2. Техническое обеспечение – фортепиано

1. **Результативность:**

Учащиеся должны знать азбуку классического танца. Владеть навыками

правильности и чистоты исполнения, устойчивостью, техникой прыжка,

культурой движения рук, координацией движений.

**5. Список литературы:**

1. Базарова Н. Классический танец - Л. : Искусство, 1975.

2. Ваганова А. Основы классического танца. – Л. – М. : Искусство, 1963

3. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения. // ред. А. Ваганова. – Л. : Сов.

Россия, 1961г.

IV год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Р а з д е л ы | Всего  часов | Из них | |
| теория | практика |
| 1.  2.  3. | Экзерсис у станка:  Battements frappes et battements doubles frappes  Petits battements sur le cou-de-pied  Flic-flac  Battements releves et battements developpes  Grand battements jetes developpes  Grand battements jetes passes par terre  Petit temps releve  Экзерсис на середине:    Battements tendus en tournant  Battements tendus jetes en tournant  Rond de jambe par terre en tournant  Battements fondues  Petits battements sur le cou-de-pied  Flic-flac  Petit temps releve  Battements developpes  Pas tombe  Grand battements jetes developpes  Port de bras  Pas de bourree  Allegro:  Pas de chat  Temps leve  Sissonne tombe  Temps lie sauté | 3  3  3  5  5  5  3  5  5  5  5  5  4  5  5  5  5  5  5  5  5  5  5 | 0,5  0,5  0,5  0,5  1  0,5  0,5  1  1  1  1  0,5  0,5  0,5  1  0,5  1  1  0,5  1  1  1  1 | 2,5  2,5  1,5  4,5  4  4,5  2,5  4  4  4  4  4,5  3,5  4,5  4  4,5  4  4  4,5  4  4  4  4 |
|  | Всего: | 108 | 20,5 | 87,5 |

Учебно - тематический план.

**2. Содержание программы:**

***1. Экзерсис у станка***

1. Battements frappes et battements double frappes с releve на полупальцы,

с окончанием в demi-plie` en face и в позах.

2. Petits battements sur le cou-de-pied с plie-releve на всей стопе и на

полупальцах.

3. Flic-flac en face

4. Battements releve et battements developpes en face

a) на полупальцах

b) с plie`-releve`

c) plie`-releve` et demi-rond de jambe

5. Grand battements jetes developpes на полупальцах.

6. Grand battements jetes passes par terre (через 1п.) с окончанием на носок

вперёд en face.

7. Petits temps releve en dehors et en dedans на всей стопе и на полупальцах.

***2. Экзерсис на середине зала:***

1. Battements tendus en tournant en dehors et en dedans

2. Battements tendus jetes en tournant en dehors et en dedans

3. Rond de jambe par terre en tournant en dehors

4. Battements fondus:

* 1. с plie`-releve` et demi-rond de jambe на 45\* на полупальцах.
  2. с plie`-releve` rond de jambe на 45\* en face на всей стопе и на полупальцах

1. Petits battements sur le cou-de-pied с plie`-releve` на всей стопе и на

полупальцах.

6. Flic-flac en face

7. Petits temps releve en dehors et en dedans на всей стопе и на полупальцах.

8. Battements developpes

a) с подъёмом на полупальцы и в demi-plie en face и в позах

b) c Grand battements jetes developpes на и переходом с ноги на ногу

9. Pas tombe

a) на месте с полуповоротом en dehors et en dedans (работающая нога в

положении sur le cou-de-pied)

10. Grand battements jetes developpes на всей стопе

11. 5-е port de bras с demi-plie по 4п. И с ногой, вытянутой на носок

1. 6- port de bras
2. Pas de bourree dessus-dessous en face
3. Pas de bourree dessus-dessous en face по ¼ оборота

***3. Allegro***

1. Pas de chat ( с ногами согнутыми впереди)

2. Temps leve с ногой в положении sur le cou-de-pied

3. Sissonne tombe en face.

4. Temps lie saute

1. **Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

2. Техническое обеспечение – фортепиано

1. **Результативность:**

Учащиеся должны знать владеть навыками правильности и чистоты

исполнения, устойчивостью, техникой прыжка, культурой движения рук,

координацией движений.

**5. Список литературы:**

1. Базарова Н. Классический танец - Л. : Искусство, 1975.

2. Ваганова А. Основы классического танца. – Л. – М. : Искусство, 1963

3. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения. // ред. А. Ваганова. – Л. : Сов.

Россия, 1961г.

V год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Р а з д е л ы | Всего  часов | Из них | |
| теория | практика |
| 1.  2.  3. | Экзерсис у станка:  Battements developpes tombes  Grand battements jetes  Поворот fouette  Battements sur le cou-de-pied    Экзерсис на середине:    Battements fondues en tournant  Flic-flac  Battements developpes tombe  Pas de bourree  Allegro:  Pas ballonne  Pas echappe battu | 9  9  9  9  11  11  11  11  11  19 | 1  1  1  1  1  1  1  1  1  1 | 8  8  8  8  10  10  10  10  10  18 |
|  | Всего: | 108 | 15 | 93 |

**2. Содержание программы:**

***1. Экзерсис у станка***

1. Battements developpes tombes en face в позах, оканчивая носком в пол

2. Grand battements jetes

a) на полупальцах.

b) developpes на полупальцах.

3. Поворот fouette en dehors et en dedans на 1/8, ¼ и ½ круга с ногой, поднятой

на 45\* вперёд или назад на всей стопе и на полупальцах

4. Battements sur le cou-de-pied вперёд и назад en face.

***2. Экзерсис на середине зала:***

1. Battements fondus en tournant en dehors et en dedans по ¼ круга

2. Flic-flac en face с остановкой в позы на 45\*

3. Battements developpes tombes en face и в позах, оканчивая носком в пол.

1. Pas de bourree dessus-dessous en tournant en dehors et en dedans

***3. Allegro***

1. Pas ballonne в сторону, вперёд, назад и в позах на месте и с продвижением

2. Pas echappe battu

3. Pas echappe battu с заноской из 5 и 2 позиций

4. Pas echappe battu с окончанием на одну ногу

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

2. Техническое обеспечение – фортепиано

**4. Результативность:**

Учащиеся должны знать владеть навыками правильности и чистоты

исполнения, устойчивостью, техникой прыжка, культурой движения рук,

координацией движений.

**5. Список литературы:**

1. Базарова Н. Классический танец - Л. : Искусство, 1975.

2. Ваганова А. Основы классического танца. – Л. – М. : Искусство, 1963

3. Костровицкая В. Классический танец. Слитные движения. // ред. А. Ваганова. – Л. : Сов.

Россия, 1961г.

**НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

I год обучения

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4. | Введение:  Знакомство с предметом.  Позиции ног.  Позиции и положения рук.  Положения головы и корпуса.  Русский народный танец:  Основные положения ног  Основные положения рук  Элементы русского народного танца  Белорусский народный танец:  Положения рук  Элементы танца «Крыжачок»  Танцы прибалтийских стран:  Положения рук  Положения ног  Подготовка к началу движения  Движения танца «Козлик»  Движения польки | 4  24  20  20 | 1    2  2  2 | 3  22  18  18 |
|  | Всего: | 68 | 7 | 61 |

2. Содержание программы:

***1.Позиции ног.***

*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 прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

*Пять свободных:*

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

*Две закрытые:*

1-я закрытая - обе ноги повёрнуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки

разведены в стороны.

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

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

***2. Позиции и положения рук.***

*Семь позиций:*

1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й, 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 разноимённой руки, чуть выше локтя.

6-я - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в

стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку.

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

лежит на запястье другой руки.

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

1-е положение - обе руки, округлённые в локтях, раскрыты в стороны на высоте

между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти

находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты ладони слегка повёрнуты вверх.

2-е положение - обе руки, округлённые в локтях, раскрыты в стороны на высоте

между 3-й и 2-й позициями; пальцы свободно собраны и открыты,

ладони слегка повёрнуты вверх.

***2. Русский народный танец.***

*Основные положения ног.*

1. позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я свободные и прямые.

-- 1-я и 2-я закрытые.

*Основные положения рук.*

1. подготовительное, первое и второе.
2. подготовка к началу движения
3. положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звёздочка», «карусель»,

«корзиночка».

*Элементы русского народного танца:*

1. Раскрывание и закрывание рук:

а) одной руки

б) двух рук

в) поочерёдные раскрывания рук

г) переводы рук в различные положения.

2. Поклоны:

а) на месте без рук и с руками

б) с продвижением вперёд и отходом назад

3. Притопы: одинарные (женские и мужские) и тройные

4. Перетопы тройные

5. Простой (бытовой) шаг: вперёд с каблука и с носка

6. Простой русский шаг:

а) назад через полупальцы на всю стопу

б) с притопом и продвижением вперёд и назад

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

8. «Гармошка»

9. «Ёлочка»

10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции; вперёд и назад по 1-й

прямой позиции.

11. Боковые перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной и по 1-й прямой

позициям

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

13. Бег на месте и с продвижением вперёд и назад на полупальцах.

14. Подскоки на месте, с продвижением вперёд, назад и вокруг себя

15. «Верёвочка» простая

16. «Ковырялочка» с двойным притопом и с тройным притопом.

17. «Ключ» простой (с переступаниями).

***3. Белорусский народный танец.***

*Положения рук:*

1. положение рук в сольном танце
2. положение рук в парных и массовых танцах
3. подготовка к началу движения

*элементы танца «Крыжачок»*

1. Притопы одинарные
2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции
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»
6. Поочерёдные выбрасывания ног на каблук вперёд
7. Тройные притопы с поклоном

***4. Танцы прибалтийских стран***

1. Положение ног в танце «Козлик»
2. Положение рук в танце «Козлик»
3. Положение рук в парных и массовых танцах
4. Подготовка к началу движения

*Движения танца «Козлик»* муз. разм. 2\4

1. Простые шаги на приседании
2. Перескоки с ноги на ногу на месте и с продвижением
3. Прыжки из 1-й прямой во 2-ю прямую позицию и обратно
4. Прыжки с перекрещенными ногами
5. Прыжки с выбрасыванием ноги в сторону
6. Прыжки с поджатыми ногами на месте и с продвижением вперёд и назад

*Движения польки*

1. Простые подскоки польки

а) на месте

б) вокруг себя

в) с продвижением вперёд, назад и в сторону

2. Простые подскоки с хлопками и поклонами

3. Простые подскоки в повороте парами под руки

4. Галоп в сторону

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

2. Техническое обеспечение – баян, магнитофон

**4. Результативность:**

Учащиеся должны владеть культурой движения рук, координацией движений, определённой базой движений, на которой будет строится дальнейшее обучение. Должны знать особенности исполнения движений

национальных танцев России, Белоруссии и прибалтийских стран. Должны уметь работать в паре и в ансамбле.

**5. Список литературы:**

1. Устинова Т. Русские народные танцы. М., Культпросветиздат. 1950г.

2. Ткаченко Т. Народный танец. М., «Искусство», 1967г.

3. Климов А. Основы русского народного танца. М. изд. Московского

государств. института культуры. 1994г.

II год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4.  5. | Упражнения у станка:   1. пять открытых позиций ног 2. подготовка к началу движения 3. переводы ног из позиции в позицию 4. приседания 5. упражнения с напряжённой стопой 6. выведение ноги на каблук 7. выведение ноги на каблук, носок, каблук 8. маленькие броски 9. подготовка к «верёвочке» 10. развёртывание рабочей ноги на 45\* 11. подготовка к «чечётке» 12. опускание на колено 13. растяжка     Элементы русского народного танца.  Белорусский народный танец.  Украинский народный танец.  Итальянский сценический танец. | 18  20  6  9  15 | 2      2  1  1  1 | 16    18  5  8    14 |
|  | Всего: | 68 | 7 | 61 |

Учебно - тематический план.

**2. Содержание программы.**

***1. Упражнения у станка:***

1. Пять открытых позиций ног – аналогичны позициям классического танца.
2. Подготовка к началу движения (*preparation)*:

а) движение руки;

б) движение руки в координации с движением ноги.

1. Переводы ног из позиции в позицию:

а) скольжением стопой по полу *(battements tendus)*,

б) броском работающей ноги на 35\*;

в) поворотом стоп;

4. Приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям.

а) полуприседания *(demi-plie)*;

б) полное приседание *(grand plie)*;

1. Приседания по прямым и открытым позициям, переводя ноги указанными приёмами.
2. Упражнение с напряженной стопой *(battements tendus)* из 1-й прямой позиции на каблук;

а) с полуприседанием на опорной ноге;

б) с полуприседанием в исходной позиции.

1. Выведение ноги на каблук по 1-й и 3-й открытым позициям вперёд,

в сторону и назад:

а) с полуприседанием на опорной ноге;

б) с полуприседанием в исходной позиции.

1. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 1-й, 3-й и 5-й открытых

позиций вперёд, в сторону и назад:

а) с полуприседанием в исходной позиции;

б) в момент перевода работающей ноги на каблук;

в) при переводе работающей ноги на каблук и возвращении в исх.поз.

1. Маленькие броски *(battements tendus jetes)* вперёд, в сторону и назад

по 1-й, 3-й и 5-й открытым позициям.

а) с одним ударом стопой в пол по позиции через небольшое

приседание

б) с коротким ударом по полу носком или ребром каблука раб. ноги.

в) с полуприседанием на опорной ноге;

г) с двойными бросками.

1. Подготовка к «верёвочке», скольжение работающей ноги по опорной:

а) в открытом положении на всей стопе;

б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной

ноге, на всей стопе и на полупальцах.

1. Развёртывание рабочей ноги на 45\* *(battements developpes)* вперёд,

в сторону и назад на вытянутой ноге и на полуприседании.

1. Подготовка к «чечётке» *(flic-flac)* мазки подушечкой стопы по полу от

себя и к себе:

а) в прямом положении вперёд одной ногой;

б) двумя ногами поочерёдно.

1. Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги;

а) из 1-й прямой позиции;

б) с шага, лицом к станку.

14. Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное

приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку.

***2. Элементы русского народного танца***

1. Поочерёдное раскрывание рук (приглашение).
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е
3. положение и в 4-ю и 5-ю позиции.
4. Бытовой шаг с притопом.
5. «Шаркающий шаг»:
   1. каблуком по полу;
   2. полупальцами по полу.
6. «Переменный шаг».
   1. с притопом и с продвижением вперёд и назад;

b. с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением

1. вперед и назад.
2. «Девичий ход» с переступаниями.
3. Боковое «припадание»:
   1. с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги;
   2. с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.
4. Перескоки с ноги на ногу по 3-й свободной позиции и продвижением
   1. в сторону.
5. Поочерёдное выбрасывание ног перед собой или крест-накрест на

носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад.

1. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом
   1. на всей стопе.
2. «Верёвочка»:
   1. с двойным ударом полупальцами;
   2. простая с поочерёдными переступаниями;
   3. двойная с поочерёдными переступаниями.
3. «Ковырялочка» с подскоками.
4. «Ключ» простой на подскоках.
5. Дробные движения:
   1. простая дробь на месте;
   2. тройная дробь (поочерёдные выстукивания всей стопой) на месте
   3. с продвижением вперёд;
   4. простая дробь полупальцами на месте;
   5. дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперёд.
6. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

***3. Белорусский народный танец***

1. Основной ход танца «Крыжачок» с поворотом.

1. «Верёвочка» с переступаниями.
2. Присядка с выведением ноги на носок перед собой на полуприседании.
3. Кружение с припаданием.

***4. Украинский народный танец***

1. Позиции и положения ног.
2. Позиции и положения рук.
3. Положения рук в массовом и парном танце.
4. Подготовка к началу движения.
5. Простые поклоны на месте без рук и с руками (жен. и муж.)
6. Притоп.
7. «Верёвочка»: а) простая;

б) с переступаниями;

в) в повороте.

8. «Дорижка проста» (припадание) с продвижением в сторону и с

поворотом.

1. «Дорижка плетена» (припадание) с продвижением в сторону, со

сменой позиции вперёд и назад в перекрещенном положении.

1. «Выхилясник» (ковырялочка):

а) «Выхилясник с угинанием» (ковырялочка с открыванием ноги)

11. «Бигунец».

12. «Голубец» на месте и с продвижением в сторону.

***5. Итальянский сценический танец «Тарантелла»***

1. Положения ног, характерные для танца.
2. Положения 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 вперёд в открытом положении с одновременным

проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании

(на месте, с продвижением назад).

1. Шаг с ударом носком по полу *(pigues)*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.

1. Бег тарантеллы *(pas embites)* на месте и с продвижением вперёд.
2. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в

колене *(pas ballonne`)*.

1. Перескоки с ноги на ногу.
2. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной

позиции на месте и в повороте.

1. Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием

ноги, согнутой в колене, перед собой на крест другой.

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

2. Техническое обеспечение – баян, магнитофон

**4. Результативность:**

Учащиеся должны владеть постановкой ног, корпуса, головы в упражнениях у станка и на середине зала. Знать простейшие движения народного и народно-сценического танцев, а также упражнения на развитие координации.

Уметь исполнять национальные танцы эмоционально и в характере.

**5. Список литературы:**

1. Устинова Т. Русские народные танцы. М., Культпросветиздат. 1950г.

2. Ткаченко Т. Народный танец. М., «Искусство», 1967г.

3. Климов А. Основы русского народного танца. М. изд. Московского

государств. института культуры. 1994г.

III год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4.  5.  6.  7. | Упражнения у станка:   1. приседания 2. скольжение стопой по полу 3. маленькие броски 4. круговые скольжения по полу 5. повороты стопы 6. полуприседания на оп. ноге с постепенным поворотом колена раб. ноги из закрытого положения в открытое на 45\* 7. подготовка к «верёвочке» 8. развёртывание рабочей ноги на 90\* 9. подготовка к «чечётке» 10. опускание на колено 11. маленькие броски « веер» 12. повороты 13. подготовка к «качалке» и «качалка» 14. выстукивания 15. растяжка 16. большие броски 17. наклоны и перегибания корпуса 18. маленькие «голубцы» 19. поднимания на полупальцы     Русский народный танец:  Украинский народный танец:  Молдавский народный танец:  Узбекский народный танец  Итальянский сценический танец  Польский сценический танец «Мазурка» | 24  12  12  15  15  15  9 | 2      2  2  2  2    2  1 | 22    10  10  13  13  13  8 |
|  | Всего: | 102 | 7 | 61 |

Учебно - тематический план.

**2. Содержание программы:**

***1. Упражнения у станка:***

1. Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 5-й открытым позициям и 1-й прямой.
2. Скольжение стопой по полу (battements tendus) с одновременным опусканием с полупальцев  
   на всю стопу опорной ноги.
3. Маленькие броски;

а) с двумя ударами стопой работающей ноги по 5-й открытой позиции вперёд, в

сторону и назад.

б) с одновременным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании

крестом,

в) сквозные по 5-й открытой позиции (balancoirs) с ударом каблуком

опорной ноги в полуприседании,

4. Круговые скольжения по полу (rond de jambe par terre);

а) носком с остановкой в сторону или назад

6) ребром каблука с остановкой в сторону или назад,

5. Повороты стопы

(pas tortille);  
 а) одинарные

б) двойные,

8, Полуприседания на опорной ноге с постепенным поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45\* (battements fondues),

а) на всей стопе

б) с подъёмом на полупальцы.

1. Подготовка к верёвочке с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и  
   обратно.
2. Развёртывание ноги (battements developpes) на 90\* с одним ударом каблуком опорной  
   ноги в полуприседании вперёд, в сторону и назад (плавные и резкие).
3. Подготовка к «чечетке» (flic-flac) в открытом положений вперёд, в сторону и назад.
4. Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:  
    а) на ногу, открытую на носок в сторону или

назад

б) с шага

в) с прыжка

1. Маленькие броски работающей ноги от щиколотки опорной «веер» с вытянутой

стопой.

1. Повороты:

а) плавный на обеих ногах по 5-й открытой поз. в полуприседании и на вытянутых ногах (soutenus en tournant),

б) поворот на одной ноге внутрь и наружу (pirouette en dedans en dehors) с другой, согнутой в колене,

1. Подготовка к «качалке» и «качалка».
2. Выстукивания поочерёдные каблуками и полупальцами по 1-й прямой позиций в испанском  
   характере (zapateado),
3. Растяжка на 1-й прямой позиции с перегибанием корпуса в испанском стиле,

16. Большие броски с падением на работающую ногу по 5-й открытой позиции

крестом.

а) с одним ударом стопой и полупальцами опорной нош

б) с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги

17. Наклоны и перегибания корпуса по 1-й и 4-й прямых позициях на

полупальцах в полуприседании. Крестом,

18, Маленькие «голубцы» лицом к станку,

19. Поднимания на полупальцы в сочетаний с движением рук.

***2. Русский народный танец:***

1. Боковые перескоки с ударами полупальцами в пол

2. Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей

1. «Ключ» с двойной дробью,
2. Дробная дорожка» с продвижением вперёд и с поворотом,
3. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперёд.
4. Дробь в «три ножки»,
5. Основной ход танца «Шестёра» на месте и с продвижением вперёд.
6. «Моталочка»

а) с задеванием пола каблуком

б) с акцентом на всю стопу

в) с задеванием пола полупальцами

г) с задеванием пола поочерёдно полупальцами и каблуками

1. «Маятник» в прямом положении.
2. Основной русский ход (академический).  
   11. Подбивка - «Голубец»:

а) на месте

б) с двумя переступаниями,

12. Быстрый русский бег с продвижением вперёд и назад.

13, Вращения:

а) на подскоках с продвижением вперёд по диагонали,

б) с движением «молоточки» в) с откидыванием ног

назад.

***3. Украинский народный танец***

1. Медленный женский ход,

1. Ход назад с остановкой на третьем шаге,
2. «Верёвочка» двойная.

4 «Тынок» (перескок с ноги на ногу)

5, «Выхилясник» с «угинанием»

6. «Похид – вильный» (поочерёдные удлинённые прыжки вперёд),

7, «Голубцы» с притопами.

8. «Выступцы», подбивание одной ногой другую.

***4. Молдавский народный танец:***

1 Положения ног,

1. Положения рук в сольном и массовом танцах,
2. Ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением).
3. Бег (ноги отбрасываются назад) на месте, с поворотом, с продвижением вперёд.

5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено,

6. Припадания (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

***5. Узбекский народный танец***

1. Положения ног.

1. Положения рук,
2. Поклон.
3. 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 взмахи

в) сгибания и разгибания от локтя

г) волнообразные движения от плеча

6, Движения плеч поочередные и

одновременные:  
 а) вперёд, назад

б) короткие – вниз, вверх

в) круговые движения

г) быстрые движения (рез) - дрожание

7, Движения головы из стороны в сторону

8. Ходы:

а) шаг вперёд с последующими скользящими шагами,

б) поочередные переступания (одна нога на полной стопе, другая на полупальцах),

10. Опускания на колени:  
 а) на одно

б) на оба

11. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой, вытянутой вперед.

***6. Итальянский сценический танец***

1. Маленькие броски с поочередными ударами носков и каблуков по полу,

2. Маленький прыжок на одну ногу вперёд с одновременным откидывание

другой согнутой ноги на 45\* и 90\* на месте и с продвижением,

3. Бег вперёд с подскоком.

4. Тройные переступания с ноги на ногу (pas balance)

5. Повороты внутрь и наружу:

а) поочерёдные 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 dedans, en dehors).

***7. Польский сценический танец***

1 Позиции и положения ног,

2. Положения рук в танце,

3, Волнообразное движение руки,

4. «Ключ» - удар каблуками: одинарный, двойной,

5, Шаг s сторону *в* полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й своб.поз.  
(pas balance').

6. «Голубец».

7. «Перебор» - три переступания на месте по 1-й прямой позиции.

Освоение технических приёмов для прыжков и вращений,

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

2. Подскоки но диагонали с поворотом, на одном месте.

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок
2. Техническое обеспечение – баян, магнитофон

**4. Результативность:**

Учащиеся должны расширить знания изученных ранее

национальных танцев. Знать манеру и технику исполнения

молдавского, узбекского и польского народных танцев.

**5. Список литературы:**

1. Устинова Т. Русские народные танцы. М., Культпросветиздат.

1950г.

2. Ткаченко Т. Народный танец. М., «Искусство», 1967г.

3. Климов А. Основы русского народного танца. М. изд. Московского

государств. института культуры. 1994г.

IV год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4.  5.  6. | Упражнения у станка:   1. приседания 2. скольжение стопой по полу 3. маленькие броски 4. круговые скольжения по полу 5. полуприседания на оп. ноге на 90\* 6. подготовка к «верёвочке» 7. развёртывание рабочей ноги на 90\* 8. «чечётка» 9. растяжка 10. большие броски   11. «голубец»  12. Револьтад  13. подготовка к «штопору»  14. «штопор»    Русский народный танец:  Молдавский народный танец:  Грузинский народный танец  Польский сценический танец «Мазурка»  Венгерский сценический танец | 27  15  15  15  15  15 | 2      2  2  2  2    2 | 25    13  13  13  13  13 |
|  | Всего: | 102 | 12 | 90 |

Учебно - тематический план.

**2. Содержание программы**

***1. Работа у станка:***

1. Полуприседания и полные приседаний, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и

прямым позициям

2. Скольжение стопой по полу (battements tendus):

а) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону

б) с поворотом ноги в закрытое положение в сторону с полуприседанием.

3. Маленькие броски сквозные по 1 -и отбытой позиции (balancers) со встречным

проскальзыванием на опорной в полуприседании,

4, Круговое скольжение по полу,

а) ребром каблука около опорной ноги

б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой а сторону или назад.

5. Полуприседания на опорной ноге на 90\* (batternents fondues);

а) на всей стопе

б) с подниманием на полупальцы

в) с наклоном корпуса в координации с движением руки.

6. Подготовка к «верёвочке»

а) в открытом положении

б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.

7. Развёртывание ноги (battements developpes) на 90\* с двойным ударом каблуком опорной  
ноги в полуприседании крестом:

а) плавное

б) резкое в координации с движением руки.

8. «Чечетка» (flic- flac) с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:

а) в прямом положении

б) в открытом положении вперёд, в сторону и назад.  
9. Растяжка из 1-й прямой позиции (лицом к станку):

а) в сторону в прямом положении и полуприседании с наклоном корпуса 8 координации

с рукой

б) в сторону в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса,

10. Большие броски полукругом на всей стопе с проведением ноги через 1-ю откр.позицию.

11. «Голубец»:

а) в сторону на 45\* в прямом положении лицом к станку

б) в сторону на 90\* в прямом положении лицом к станку.

1. Револьтад на полу (без прыжка),
2. Подготовка к «штопору» по 1-й прямой позиции на полупальцах.
3. «Штопор».

***2. Русский народный танец:***

1. Перекат - боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.

2. Переборы (pas bourree'),  
1 «ключ» дробный сложный,  
4 «ключ» хлопушечный

5. «Маятник» в поперечном движении

6. «Голубцы» поджатыми ногами с приходом на полупальцы

7. «Верёвочка»

а) простая и двойная с перетопами,

б) простая и двойная с «ковырялочкой»,

в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая на щиколотке,

г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й откр. позиции

д) простая и двойная с поворотом (soutenus) на 360\* в приседании на полупальцах.

1. Три «верёвочки» и подскок с поджатыми ногами.
2. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
3. Поочерёдные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

***3. Молдавский народный танец:***

1 Шаг в сторону с выносом другой нош на 30\* в перекрещенное положение,

1. Мелкие переступания на полупальцах на месте, вокруг себя и с продвижением в сторону.
2. Шаг на ребро каблука с последующим соскоком,
3. Вращение в паре внутрь и наружу на подскоках.
4. Прыжок с поджатыми ногами,
5. «Ключ» молдавский (носок-каблук, носок-каблук разными ногами, соскок на две ноги и  
   прыжок с поджатыми ногами),
6. Тройные переборы ногами.

8. Подъём девушки за талию на маете с переносом.

***4. Грузинский народный танец:***

1. Положение юг.

1. Положение рук,
2. «Хелсартави» - движение кисти руки (наружу, внутрь):  
   а) небольшие повороты (женские),

б) полные повороты в запястье (мужские),

4. Движения рук:

а) плавные переводы в различные положения «Картули», «Давлури»,

б) «Самтиулуро» - сгибание рук со взмахом, одной спереди (перед грудью), другой сзади

(на уровне талии),

в) «Чагреха» - круговые поочередные переводы от предплечья (мужское).

5. Ходы:

а) «Сада сриала» - шаг вперед на всю стопу с последующими двумя скользящими шагами на полупальцах

б) «Ртуала» - шаг вперед с двумя последующими шагами, где первый на полупальцах, а другие на всей стопе

в) «Мухлура» - шаг вперед с последующим проскальзыванием («сади» или прыжком  
«зехтомит») и одновременным сгибанием другой ноги в прямом положении у колена  
(мужское),

г) «Свла» - тройные переступания на полупальцах с ударами подушечкой стопы по полу (с  
продвижением вперед, в сторону, назад и вокруг себя).

6. «Гасма» - скользящее движение ног:

а) «Сада сриала» - три поочерёдных скольжения вперёд

б) «Сарули» - три поочерёдных скольжения с остановкой у носка другой ноги,

в) «Чакрули» - удар полупальцами одной ноги по 5-й прямой сзади и двумя

проскальзыва­ниями вперёд поочерёдно

7. «Чаквра» - ударные движения ног (мужские):

а) «Сада» *-* два подскока на одной ноге, другая ставится на каблук, а затем на носок

около другой ноги,

б) «Пехшлили» - полуприседание по 5-й открытой позиции с подскоком на полупальцы

во 2-ю закрытую позицию.

***4.Польский танец «Мазурка»:***

1. Основной ход мазурки (pas gola),

2. Легкий бег (pas mrche).

3. «Отбиянэ» - скольжение одной ногой с подбиванием её другой.  
4 «Голубец» - подбивание ноги подряд в сторону.

5. Подготовка к парному вращению.

6. Уступающий переход (dos a`dos) на различных движениях.

1. Опускание на колено:

а) с шага

б) с выпадом,

1. Обвод девушки за руку: стоя на колене, стоя на выпаде,
2. Вращение в паре внутрь,
3. «Кабриоль» в сторону 45\* в прямом положении.
4. Заключение -простое и двойное

***5.Венгерский сценический танец:***

1. Положения ног
2. Положения рук.
3. «Ключ» - удар каблуками: одинарный и двойной,
4. Заключение (усложнённый «ключ»): одинарное и двойное.
5. Шаг в сторону с двумя переступаниями (pas balance'),
6. Перебор *-* три переступания на месте с открыванием ноги на 35\*,
7. «Верёвочка» на месте, с продвижением назад и в повороте,
8. Развёртывание ноги вперёд в полуприседании:

а) с последующими шагами

б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.

9. «Голубец»:

а) простой с лодбиванием ноги в сторону

6} в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.

10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции.

Техника прыжков и вращений,

1. Пируэт из 5-й открытой позиции внутрь и наружу.
2. Воздушный тур.
3. Пируэт на каблуках.
4. Вращение с отбрасыванием ног назад.

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок
2. Техническое обеспечение – баян, магнитофон

**4. Результативность:**

Учащиеся должны расширить знания изученных ранее

национальных танцев. Знать манеру и технику исполнения

венгерского, грузинского и польского народных танцев.

Владеть навыками общения с партнёром.

**5. Список литературы:**

1. Устинова Т. Русские народные танцы. М., Культпросветиздат.

1950г.

2. Ткаченко Т. Народный танец. М., «Искусство», 1967г.

3. Климов А. Основы русского народного танца. М. изд. Московского

государств. института культуры. 1994г.

**РИТМИКА**

Учебно - тематический план.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Р а з д е л ы** | **Всего**  **часов** | **Из них** | |
| **теория** | **практика** |
| 1.  2.  3.  4.  5. | **1 Год обучения**  Введение:  Знакомство с предметом.  **1 Раздел**  Ритмика, элементы музыкальной грамоты  1. Характер музыкального произведения, его темп,  динамические оттенки, легато - стаккато.  2. Длительности, ритмический рисунок, акценты,  метрическая пульсация, сильные – слабые доли,  музыкальный размер.  3. Строение музыкального произведения.  **2 Раздел**  Элементы классического, народного и бального танцев.  простейшие шаги  элементы балетной и партерной гимнастики  упражнения на ориентировку в пространстве  несложные элементы танцев  **2 Год обучения**  **3 Раздел**  Ритмика, элементы музыкальной грамоты    Элементы классического, народного и бального танцев.  Элементы партерной гимнастики  **4.Раздел**  Танцевальные этюды и танцы | 1    8  8    6  13    6  10    10  10 | 0, 5  1  1    1  3  1  2  2  2 | 0,5    7  7    5  10      5  8  8  8 |
|  | Всего: | 72 | 13,5 | 58,5 |

2. Содержание программы:

I Год обучения

***Введение:*** Рассказ преподавателя о предмете ритмика. Ознакомление с требованиями преподавателя и формой одежды. Ознакомление с ходом урока. Поклон. Вход в класс.

***1 Раздел.***

***Тема 1.*** Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки,

легато – стаккато.

Умение слушать музыку, определять её характер, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных пьес (весёлый, спокойны, энергичный, торжественный). Знакомство с выразительным значением темпа музыки (медленно, умеренно, быстро). Умение выполнять движения в различных темпах, переключаться из одного темпа в другой, постепенно ускорять и замедлять движение. Различать динамические оттенки музыки (тихо, умеренно, громко). Умение выполнять движения с различной силой, амплитудой в зависимости от характера музыки. Понятия легато (связно) и стаккато (отрывисто) в музыке и движении.

*Музыкально – ритмические упражнения*

Р. Глиер. Маленький марш.

М.Старокадомский. Марш.

И.Дунаевский. Весёлый ветер. Песня Роберта из кинофильма «Дети капитана Гранта»

Ш.Гуно. Отрывок из оперы «Фауст»

В.Витлин. Бубенцы.

А.Гречанинов. Моя лошадка.

Ан.Александров. Вальс.

Т.Потапенко. «Уголки». Упражнение «То бегом , то шагом»

Т.Ломова. «Ускоряя, замедляя».

Л.Бетховен. Лендер. Упражнение «Ветерок и ветер».

Ш.Люлли. Марш.

Б.Годар. Марш

Венгерская народная мелодия. Упражнение «После дождя»

Английская и французская народные мелодии. Упражнение «Как звучит музыка».

С.Затоплянский. Танец. Упражнение «Радуемся солнышку»

Б.Асафьев. Отрывок из балета «Белая лилия».

Т.Ломова. «Прогулка». Упражнение «Певучий хоровод».

В.Моцарт. Отрывок из оперы «Дон-Жуан». Упражнение «Бесконечная сказка»

***Тема 2.*** Длительности, ритмический рисунок, акценты, метрическая пульсация, сильные - слабые доли, музыкальный размер.

Понятие о длительностях (целые, половинные, четверти и восьмые). Понятие о ритмическом рисунке как сочетании различных длительностей. Умение

воспроизводить на хлопках и шагах разнообразные ритмические рисунки, состоящие из восьмых, четвертных и половинных нот. Понятие об акценте, метрической пульсации (периодически повторяющихся ударениях в музыке), сильных и слабых долях. Уме6ние выделять сильные и слабые доли на слух, отмечать их хлопками и дирижировать в музыкальном размере 2/4, 3/4, 4/4.

*Музыкально – ритмические упражнения.*

Л.Бетховен. Контданс.

Н.Дадухин. Маленькая пьеса.

Ф.Шуберт. Марш, соч. 51, №3.

П.И.Чайковский. Песенка без слов.

Латышская народная песня.

Ф.Госсек. Гавот.

Б.Барток. Детская пьеса.

М.Красаев. Весёлый человек.

Русская народная песня «Ах ты, берёза».

Чешская народная песня «Аннушка».

Н.Александрова. Игра в мяч.

Н.Руднева. Щебеталка пташечка.

***Тема 3.*** Строение музыкального произведения.

Понятие: вступление, части, музыкальная фраза. Умение менять движение в зависимости от смены частей и фраз. Умение определять характер различных частей и двигаться в характере музыки.

*Музыкально – ритмические упражнения*

Ф.Шуберт. Военный марш №3. Соч. 51. «Три военных марша».

Ф.Шуберт. Экосез. Соч. 18, тетрадь 1. Вальсы и экосезы, №1.

Э.Григ. Свадебный день в Трольхаугене. Соч. 65. №6.

Л.Бетховен. Отрывок из сонаты.

М.Глинка. Краковяк из оперы «Иван Сусанин».

М.Красаев. Танец снежинок.

Венский вальс в записи М.Мейчика.

***Раздел 2***

***Элементы классического, народного и бального танцев.***

1. Шаги: бытовой, лёгкий шаг с носка (танцевальный), шаг на полупальцах, лёгкий

бег, шаг с подскоком, боковой подскок (галоп), русский переменный, шаг

польки в (народной манере).

2. Позиции ног: I, II, III, IV (полувыворотные), VI.

3. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III позиции, перевод рук из

позиции в позицию.

4. Полуприседание по VI, I, II, III позициям

5. Выдвижение ноги: -- в сторону из VI и I позиции.

-- вперёд из VI и I позиции.

6. Выдвижение ноги в сочетании с полуприседанием в сторону и вперёд.

7. Выдвижение ноги в сторону и в перёд с переводом «носок-каблук» в характере

русского народного танца.

8. Выдвижение ноги, с переводом с носка на каблук (вперёд, в сторону) в сочетании

с полуприседанием.

9. Поднимание на полупальцы по VI и I позициям.

10.Поднимание на полупальцы в сочетании с полуприседанием.

11.Прыжки на двух ногах по 6п.

12.Движения для головы: -- повороты направо - налево

-- вверх-вниз

-- наклоны с различной амплитудой.

13.Движения плеч и корпуса:

-- подъём и опускание плеч

-- наклоны корпуса вперёд и в сторону

-- повороты, выводя правое и левое плечо вперёд.

14.Положения и движения рук, принятые в русской пляске:

-- свободно опущенные вниз

-- руки вбок

-- руки, скрещенные на груди

-- взмахи платочком

-- хлопки в ладоши

-- хлопушки для мальчиков

15.Реверанс для учениц, поклон для учеников в ритме вальса.

16.Упражнения на ориентировку в пространстве:

-- различение правой, левой ноги, руки, плеча

-- повороты вправо и влево

-- движение по линии и против линии танца

-- движение по диагонали

17.Построения и перестроения:

-- в колонну по одному

-- в пары и обратно

-- из колонны по два в колонну по четыре и обратно

-- из колонны в шеренгу

-- круг

-- сужение и расширение круга

-- свободное размещение в зале

-- «воротца»

II Год обучения

***3Раздел***

***Ритмика, элементы музыкальной грамоты.***

Закрепляются знания и навыки, полученные на первом году обучения. Расширяются представления о содержании и выразительных средствах музыки на новом музыкальном материале. Вводятся новые понятия: такт, затакт. Дирижирование из затакта. Передача динамических оттенков и характера музыки в дирижёрском жесте. Поочерёдное вступление (каноном) на 2\4, 3\4, 4\4, учащиеся начинают делать движение поочереди, вступая на начало каждого следующего такта. Установление последовательности, чередования, повторности крупных и мелких подразделений в музыке (частей и фраз). Умение анализировать предлагаемую педагогом музыку, определять характер, музыкальный размер, строение.

*Музыкально – ритмические упражнения*

Л. Бетховен. Шесть контрдансов. Контрданс №1.

А.Лядов. Музыкальная табакерка. Вальс №1.

Л.Бетховен. Багатель.

Н.Римский-Корсаков. Хороводные песни из оперы «Садко».

Ф.Шуберт. Сентиментальный вальс.

А.Моцарт. Из нотной тетради «8-летнего Моцарта».

А.Моцарт. Начало симфонии.

Р.Глиер. Вальс. Соч. 31, №6.

Л.Бетховен. Экосез.

Ф.Шуберт. Лендлер №3. Двенадцать лендлеров.

Ф.Шуберт. Лендлер №4. Двенадцать лендлеров.

Ф.Шуберт. Вальс. Соч. 9, тетрадь 2, №11.

П.И.Чайковский. Вальс из оперы «Евгений Онегин».

П.И.Чайковский. Экосез из оперы «Евгений Онегин».

А.Хачатурян. Андантино.

***4 Раздел***

***Элементы классического, народного и бального танцев***

1. Шаги:

1. танцевальный шаг назад (в медленном темпе)

1. шаг на полупальцах назад
2. шаг с высоким подъёмом колена вперёд на полупальцах
3. спортивная ходьба, делая маховые движения руками
4. бег, сгибая ноги сзади
5. бег, вынося прямые ноги вперёд

2. Полуприседания по 1, 2, 3 позициям.

3. Выдвижение ноги:

1. в сторону из 3 позиции

2. вперёд из 3 позиции

3. вперёд и в сторону из 3 позиции в сочетании с полуприседанием

4. Поднимание на полупальцы по 3 позиции

5. Па дегаже по 2 и 3 позициям

6. Прыжки на двух ногах по 1 позиции

7. Положение анфас, положение эпольман

8. Раскрывание рук вперёд – в сторону из положения на поясе, в характере

русского танца.

9. Русский переменный ход вперёд и назад в сочетании с руками

10. Боковой русский ход «припадание», «гармошка», «ёлочка»

11. «Ковырялочка», «припляс», дробные выстукивания

12. Присядка «мячик» (для мальчиков)

13. Вальсовая дорожка, двигаясь вперёд и назад.

14. Построения и перестроения: «звёздочка», «карусель», «плетень», «корзиночка», перестроение из одного круга в два или в три концентрических, двигающихся в разные стороны, построение «шен».

***Элементы партерной гимнастики***

1. Положение на спине, позвоночник всеми точками касается пола.
2. Сокращение и вытягивание стопы в положении 6 и 1 позиций, лёжа на спине, ноги вытянуты в коленях.
3. Разворачивание стоп в сокращённом состоянии из 6 в 1 позицию и возвращение в 6, лёжа на спине, ноги вытянуты в коленях.
4. Подъём вытянутой ноги вперёд и в сторону, лёжа на спине.
5. Упражнение для развития выворотности: лёжа на спине, ноги, согнутые в коленях, развести в стороны, пятки вместе.

***5 Раздел***

***Танцевальные этюды и танцы***

1. Русский хоровод (свободной композиции) или танцы типа: «Веночки» в редакции З.Бархатовой, «Травушка-муравушка» в редакции Л.Шмидт, «Полянка» в редакции С.Чудинова.
2. Танцы в ритме вальса или лендлера, построенные на вальсовой дорожке и разнообразном рисунке.
3. Танцы в ритме менуэта или гавота, типа: «Падеграс» в редакции Е.Иванова.
4. Танцы в ритме польки, бальная полька, танцы типа «Маленький танец» в редакции Л.Богатковой.
5. Сюжетные танцы.

**3. Методическое обеспечение:**

1. Форма занятия – урок

2. Техническое обеспечение – баян, магнитофон

**4. Результативность:**

Учащиеся должны уметь слушать и анализировать музыку, сочетать музыку и движение, иметь первоначальные навыки движенческой координации, хореографической памяти, знать позиции ног и рук, знать простейшие перестроения, владеть различными танцевальными шагами, уметь передавать характер и стиль народных и бальных танцев.

**5. Список литературы:**

1. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. Москва «Просвещение»

1972

2.Белкина С.И. и др. Музыка и движение. «Просвещение» 1983.