

МБОУ ДОД «Детская школа искусств №6 г. Владивостока»

Директор МБОУ ДОД ДШИ №6  
Кергунова Л.А.



ПРОГРАММА  
4-Й КЛАСС ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
**народно-сценический танец**

Составитель: Дроздова Н.С.,  
преподаватель хореографических дисциплин  
МБОУ ДОД ДШИ №6 г. Владивостока

Владивосток, 2015 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Народно-сценический танец, как предмет обучения, является составной частью художественно-эстетического образования и воспитания, способствует формированию и развитию учащихся необходимых качеств. В процессе обучения учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений, подготавливаются к восприятию и усвоению любого рисунка танца. Занятия по народно-сценическому танцу оказывают воспитательное воздействие: у учащихся вырабатываются такие качества как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, коллективизм, работа в ансамбле.

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

- целенаправленность учебного процесса,
- систематичность и регулярность занятий,
- постепенность в развитии танцевальных данных учащихся,
- строгая последовательность в освоении лексикой и техническими приемами танца.

В зависимости от требований современного хореографического искусства образовательная программа периодически пересматривается и пополняется новыми движениями.

### Цели:

- формирование устойчивого интереса к предмету «НСТ».
- развитие свободной творческой личности учащегося,
- укрепление здоровья,
- сохранение и совершенствование традиций русского народного танца,

- подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцев разных народов,
- воспитание трудолюбия,
- воспитание исполнительской культуры.

### Задачи:

- всестороннее развитие всех мышц, суставов, связок,
- развитие техники,
- развитие координации, пластики,
- развитие артистичности,
- усвоение стиля и манеры исполнения танцев разных народов,
- развитие ритма.

Образовательная программа «Народно-сценический танец» состоит из 3-х разделов.

1. Экзерсис у палки.
2. Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала.
3. Работа над этюдами, построенными на материале танцев разных народов.

Все перечисленные разделы связаны между собой, однако, каждый из них имеет свои конкретные задачи.

### І РАЗДЕЛ. ЭКЗЕРСИС У ПАЛКИ

Раздел включает в себя повороты стопы и бедра, удары стопой, каблуком, полупальцами, движения на присогнутых ногах, движения свободной стопой, плавные и резкие приседания, прыжки, соскоки, подскоки, перескоки, большое значение придается перегибам корпуса и другим упражнениям, отражающим многообразие народно-сценического танца. Каждый урок включает 6-7 упражнений построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими, упражнения на

вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых ногах и т.д. Основу раздела составляют приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ног, низкие и высокие развороты ноги, дробные выстукивания, подготовка к «веревочке», раскрытие ноги на 90°, большие броски.

Основной задачей этого раздела является постепенное введение в работу суставно-связочного аппарата.

В названии движений сохранена французская терминология, а также употребляются образно-народные названия движений.

## II РАЗДЕЛ. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И КОМБИНАЦИИ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Раздел включает в себя различные виды танцевальных ходов, дробей, движений, вращений, хлопшек, используемых в народных танцах, причем за основу взяты движения русского народного танца. В каждом классе предлагается изучение основных движений определенных народных танцев. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации, которые из года в год усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса головы, исполняются с продвижением в разных направлениях, комбинируются с другими элементами танца.

Основной задачей раздела является постепенное и последовательное развитие и усложнение техники исполнения, силы и выносливости учащихся, приобретение навыков и умения передавать характерные особенности того или иного народного танца.

## III РАЗДЕЛ. РАБОТА НАД ЭТЮДАМИ, ПОСТРОЕННЫМИ НА МАТЕРИАЛЕ ТАНЦЕВ РАЗНЫХ НАРОДОВ

Раздел включает в себя этюды в характере русских, украинских, белорусских, молдаванских, цыганских, испанских танцев. Каждый этюд должен представлять собой небольшой народный танец.

Основной задачей раздела является закрепление полученных знаний и умений упражнений у станка и на середине зала, развитие и совершенствование техники танца, актерского мастерства.

Предлагаемые народные танцы рекомендованы для обязательного изучения. Исходя из уровня подготовленности класса, преподавателю разрешается использовать творческую инициативу выбора хореографического материала.

### Тематический план

Экзерсис у палки

1. Grand-plié по VI позиции с поворотом колен.
2. Battement tendu с поворотом бедра.
3. Battement tendu jeté сквозные по I позиции (на целой стопе и с подъемом на п/п).
4. Flic-flac (упражнение для свободной стопы).
5. Pas tortillé (слитное с одним поворотом стопы).
6. Rond de jambe и rond de pied с поворотом стопы опорной ноги и с кругом на 45°.
7. Подготовка к «качалке» и «качалка».
8. «Веревочка» (для венгерского танца).
9. Упражнение для бедра в один темп (на целой стопе и на п/п).
10. Опускание на подъем: колено у середины стопы опорной ноги.
11. Опускание на два колена.
12. Battement fondu на п/п.
13. Battement développé с двумя ударами каблука опорной ноги.
14. Grand battement jeté с tombé-coupé.

15. Одинарное и двойное заключение без поворота.
16. «Голубец» с двойным ударом в прыжке (лицом к палке).
17. Cabriole на 45° (с вытянутыми ногами).
18. Повороты:
  - а) soutenu en tournant в V позиции (на demi-plié);
  - б) различные pirouettes выворотные и невыворотные.
19. Упражнения, развивающие гибкость и пластичность.
20. Простейшие выстукивания в испанском характере (чередование ударов полной стопы, п/п и каблука).

Упражнения на середине зала

Необходимо вводить упражнения для рук в восточном характере.

#### ЭЛЕМЕНТЫ ВЕНГЕРСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

Работа над манерой исполнения. Этюды для рук, корпуса и головы.

1. Открывание руки «восьмеркой».
2. Подготовка к «голубцу» и «голубец» с продвижением в сторону.
3. Подготовка к вращению в паре (хлопок и остановка).
4. Ход с двойным ударом всей стопой на croisée.
5. Народный ход для танца «Чардаш».
6. Заключение одинарное и двойное.
7. Soutenu en tournant (en dehors и en dedans).

#### ЭЛЕМЕНТЫ ИСПАНСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

1. Port de bras в характере (с различными положениями рук, корпуса и бедер).
2. Port de bras с переходом на опорную ногу в IV позицию, и на одном колене.
3. Balancé с различными положениями корпуса, рук и с перегибом.
4. Pas de basque (сценический 1-й и 2-й вид).
5. Glissade (сценический вид).
6. Sissonne pas de bourrée.

7. Battement tendu.

8. Простейшие выстукивания (чередование ударов полной стопы, каблука и п/п, в характере «zarateado»).

9. Навыки владения веером.

## ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

Повторение и дальнейшее изучение элементов, пройденных на I году обучения.

1. Подготовка к вращению в паре (хлопок и остановка).

2. Ключ одинарный и двойной.

3. «Голубец» с продвижением в сторону и удар всей стопой.

4. Горизонтальная «восьмерка» одной рукой и двумя.

5. Хлопок в ладоши.

6. «Голубец» с шагом (одинарный и двойной).

7. Cabriole на 45°.

## ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТАНЦА

1. Glissade-jeté.

2. Проскальзывание в позе I arabesque.

3. Pas échappé с вращением в attitude вперед и назад.

4. Dos-à-dos с sissonne в позе II arabesque.

5. Вращение в паре (все виды).

## ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА

1. Дроби:

а) дробь с подскоком и двумя ударами всей стопой;

б) дробь «в 3 ножки».

2. «Дорожка» (продвижение в сторону с поочередными ударами п/п сзади и спереди).

3. Широкий русский ход с открытыми руками.

4. «Ковырялочка» (с подскоком и без подскока).

5. Прыжки с двух ног:

- а) с ударом по подошве;
  - б) со сгибанием двух ног назад и ударом по голенищам;
  - в) с согнутыми ногами вперед (подготовка к прыжку «щучка»).
6. «Веревочка»:
- а) двойная;
  - б) простая и двойная с переступанием.
7. «Ключ» дробный простой.
8. «Голубец» (скользящий удар внутренними сторонами стоп по I невыворотной позиции на подскоке):
- а) подряд;
  - б) с последующими двумя переступаниями на п/п.

Рекомендуемая методическая литература.

1. Богаткова Л. Хоровод друзей. – М: Детиздат, 1957.



2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М: Владос, 2004.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М: Владос, 2005.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М: Владос, 2004.
5. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Первый год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 1999.
6. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Второй год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2004.
7. Звягин Д.Е. Белорусские народные танцы: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2004.
8. Звягин Д.Е. Венгерский народный танец: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2004.
9. Звягин Д.Е. Польские танцы: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2000.
10. Звягин Д.Е. Прибалтийские танцы: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2003.
11. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М, 1954.

МБОУ ДОД «Детская школа искусств №6 г. Владивостока»



Директор МОУ ДОД ДШИ №6

Коргунова Л.А.

ПРОГРАММА  
5-Й КЛАСС ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ  
народно-сценический танец

Составитель: Дроздова Н.С.,  
преподаватель хореографических дисциплин  
МБОУ ДОД ДШИ №6 г. Владивостока

Владивосток, 2012 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Народно-сценический танец, как предмет обучения, является составной частью художественно-эстетического образования и воспитания, способствует формированию и развитию учащихся необходимых качеств. В процессе обучения учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений, подготавливаются к восприятию и усвоению любого рисунка танца. Занятия по народно-сценическому танцу оказывают воспитательное воздействие: у учащихся вырабатываются такие качества как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, коллективизм, работа в ансамбле.

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

- целенаправленность учебного процесса,
- систематичность и регулярность занятий,
- постепенность в развитии танцевальных данных учащихся,
- строгая последовательность в освоении лексики и техническими приемами танца.

В зависимости от требований современного хореографического искусства образовательная программа периодически пересматривается и пополняется новыми движениями.

### Цели:

- формирование устойчивого интереса к предмету «НСТ».
- развитие свободной творческой личности учащегося,
- укрепление здоровья,
- сохранение и совершенствование традиций русского народного танца,

- подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцев разных народов,
- воспитание трудолюбия,
- воспитание исполнительской культуры.

#### **Задачи:**

- всестороннее развитие всех мышц, суставов, связок,
- развитие техники,
- развитие координации, пластики,
- развитие артистичности,
- усвоение стиля и манеры исполнения танцев разных народов,
- развитие ритма.

Образовательная программа «Народно-сценический танец» состоит из 3-х разделов.

1. Экзерсис у палки.
2. Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала.
3. Работа над этюдами, построенными на материале танцев разных народов.

Все перечисленные разделы связаны между собой, однако, каждый из них имеет свои конкретные задачи.

#### **I РАЗДЕЛ. ЭКЗЕРСИС У ПАЛКИ**

Раздел включает в себя повороты стопы и бедра, удары стопой, каблуком, полупальцами, движения на присогнутых ногах, движения свободной стопой, плавные и резкие приседания, прыжки, соскоки, подскоки, перескоки, большое значение придается перегибам корпуса и другим упражнениям, отражающим многообразие народно-сценического танца. Каждый урок включает 6-7 упражнений построенных по принципу чередования: упражнения плавные,

мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими, упражнения на вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых ногах и т.д. Основу раздела составляют приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ногой, низкие и высокие развороты ноги, дробные выстукивания, подготовка к «веревочке», раскрытие ноги на 90°, большие броски.

Основной задачей этого раздела является постепенное введение в работу суставно-связочного аппарата.

В названии движений сохранена французская терминология, а также употребляются образно-народные названия движений.

## II РАЗДЕЛ. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ И КОМБИНАЦИИ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

Раздел включает в себя различные виды танцевальных ходов, дробей, движений, вращений, хлопнушек, используемых в народных танцах, причем за основу взяты движения русского народного танца. В каждом классе предлагается изучение основных движений определенных народных танцев. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации, которые из года в год усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса головы, исполняются с продвижением в разных направлениях, комбинируются с другими элементами танца.

Основной задачей раздела является постепенное и последовательное развитие и усложнение техники исполнения, силы и выносливости учащихся, приобретение навыков и умения передавать характерные особенности того или иного народного танца.

### III РАЗДЕЛ. РАБОТА НАД ЭТЮДАМИ, ПОСТРОЕННЫМИ НА МАТЕРИАЛЕ ТАНЦЕВ РАЗНЫХ НАРОДОВ

Раздел включает в себя этюды в характере русских, украинских, белорусских, молдаванских, цыганских, испанских танцев. Каждый этюд должен представлять собой небольшой народный танец.

Основной задачей раздела является закрепление полученных знаний и умений упражнений у станка и на середине зала, развитие и совершенствование техники танца, актерского мастерства.

Предлагаемые народные танцы рекомендованы для обязательного изучения. Исходя из уровня подготовленности класса, преподавателю разрешается использовать творческую инициативу выбора хореографического материала.

#### Тематический план

Экзерсис у палки

1. Grand-plié по VI позиции с поворотом колен.
2. Battement tendu с поворотом бедра.
3. Battement tendu jeté сквозные по I позиции (на целой стопе и с подъемом на п/п).
4. Flic-flac (упражнение для свободной стопы).
5. Pas tortillé (слитное с одним поворотом стопы).
6. Rond de jambe и rond de pied с поворотом стопы опорной ноги и с кругом на 45°.
7. Подготовка к «качалке» и «качалка».
8. «Веревочка» (для венгерского танца).
9. Упражнение для бедра в один темп (на целой стопе и на п/п).
10. Опускание на подъем: колено у середины стопы опорной ноги.
11. Опускание на два колена.
12. Battement fondu на п/п.

13. Battement développé с двумя ударами каблука опорной ноги.
14. Grand battement jeté с tombé-coupé.
15. Одинарное и двойное заключение без поворота.
16. «Голубец» с двойным ударом в прыжке (лицом к палке).
17. Cabriole на 45° (с вытянутыми ногами).
18. Повороты:
  - а) soutenu en tournant в V позиции (на demi-plié);
  - б) различные pirouettes выворотные и невыворотные.
19. Упражнения, развивающие гибкость и пластичность.
20. Простейшие выстукивания в испанском характере (чередование ударов полной стопы, п/п и каблука).

Упражнения на середине зала

Необходимо вводить упражнения для рук в восточном характере.

#### ЭЛЕМЕНТЫ ВЕНГЕРСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

Работа над манерой исполнения. Этюды для рук, корпуса и головы.

1. Открывание руки «восьмеркой».
2. Подготовка к «голубцу» и «голубец» с продвижением в сторону.
3. Подготовка к вращению в паре (хлопок и остановка).
4. Ход с двойным ударом всей стопой на croisée.
5. Народный ход для танца «Чардаш».
6. Заключение одинарное и двойное.
7. Soutenu en tournant (en dehors и en dedans).

#### ЭЛЕМЕНТЫ ИСПАНСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

1. Port de bras в характере (с различными положениями рук, корпуса и бедер).
2. Port de bras с переходом на опорную ногу в IV позицию, и на одном колене.
3. Balancé с различными положениями корпуса, рук и с перегибом.
4. Pas de basque (сценический 1-й и 2-й вид).

5. Glissade (сценический вид).
6. Sissonne pas de bourrée.
7. Battement tendu.
8. Простейшие выстукивания (чередование ударов полной стопы, каблука и п/п, в характере «zapateado»).
9. Навыки владения веером.

#### ЭЛЕМЕНТЫ ПОЛЬСКОГО СЦЕНИЧЕСКОГО ТАНЦА

Повторение и дальнейшее изучение элементов, пройденных на I году обучения.

1. Подготовка к вращению в паре (хлопок и остановка).
2. Ключ одинарный и двойной.
3. «Голубец» с продвижением в сторону и удар всей стопой.
4. Горизонтальная «восьмерка» одной рукой и двумя.
5. Хлопок в ладоши.
6. «Голубец» с шагом (одинарный и двойной).
7. Cabriole на 45°.

#### ЭЛЕМЕНТЫ ИТАЛЬЯНСКОГО ТАНЦА

1. Glissade-jeté.
2. Проскальзывание в позе I arabesque.
3. Pas échappé с вращением в attitude вперед и назад.
4. Dos-à-dos с sissonne в позе II arabesque.
5. Вращение в паре (все виды).

#### ЭЛЕМЕНТЫ РУССКОГО ТАНЦА

1. Дроби:
  - а) дробь с подскоком и двумя ударами всей стопой;
  - б) дробь «в 3 ножки».
2. «Дорожка» (продвижение в сторону с поочередными ударами п/п сзади и спереди).
3. Широкий русский ход с открытыми руками.



4. «Ковырялочка» (с подскоком и без подскока).
5. Прыжки с двух ног:
  - а) с ударом по подошве;
  - б) со сгибанием двух ног назад и ударом по голенищам;
  - в) с согнутыми ногами вперед (подготовка к прыжку «щучка»).
6. «Веревочка»:
  - а) двойная;
  - б) простая и двойная с переступанием.
7. «Ключ» дробный простой.
8. «Голубец» (скользящий удар внутренними сторонами стоп по I невыворотной позиции на подскоке):
  - а) подряд;
  - б) с последующими двумя переступаниями на п/п.

#### ЭЛЕМЕНТЫ УКРАИНСКОГО ТАНЦА

1. «Вихилясник» с поворотом.
2. Ход по диагонали с выносом ноги на каблук.
3. «Веревочка».

#### ЭЛЕМЕНТЫ ТАТАРСКОГО ТАНЦА

1. Основной ход.
2. Мужской ход на каблук (pas de basque).
3. «Бишек» одинарный и двойной.
4. Бег с ударами п\п сзади.
5. Боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону с поворотом стопы.
6. «Борма».
7. Ход с каблука.
8. «Унге-баш» (пятка-носок).

Примечание. Татарский танец не является обязательным по программе. Дается по усмотрению педагога.

Рекомендуемая методическая литература.

1. Богаткова Л. Хоровод друзей. – М: Детиздат, 1957.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца – Танцевальные движения и комбинации на середине зала. – М: Владос, 2004.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. – М: Владос, 2005.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М: Владос, 2004.
5. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Первый год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 1999.
6. Звягин Д.Е. Народно-характерный танец. Второй год обучения: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2004.
7. Звягин Д.Е. Белорусские народные танцы: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2004.
8. Звягин Д.Е. Венгерский народный танец: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2004.
9. Звягин Д.Е. Польские танцы: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2000.
10. Звягин Д.Е. Прибалтийские танцы: методическая разработка для студентов хореографического отделения. – СПб, 2003.
11. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М, 1954.