

**КОМИТЕТ КУЛЬТУРЫ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД ЧИТА»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №7»
(МБУ ДО «ДШИ № 7»)**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

Программа художественной направленности
«Народно – сценический танец»

Чита 2020

Составитель: Волкова Т.А., преподаватель высшей квалификационной категории хореографических дисциплин МБУ ДО «ДШИ № 7»

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

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

II. Содержание предмета

- *Учебно-тематический план и содержание тем.*

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

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

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- *Методические рекомендации педагогическим работникам.*

VI. Список литературы и средств обучения

- *Список рекомендуемой методической и учебной литературы;*
- *Список рекомендуемых Интернет-ресурсов.*

I. Пояснительная записка

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа учебного предмета «Народно – сценический танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 № 191-01-39/06-ГИ, а так же с учетом многолетнего педагогического опыта в области исполнительства в детских школах искусств.

Народно – сценический танец – один из основных предметов цикла хореографических дисциплин. Он позволяет учащимся сформировать исполнительские навыки, отличные от классического танца, благодаря разнообразию лексического материала по этому предмету учащиеся получают возможность обогатить свой кругозор и знания о разных национальностях нашей страны и мира в целом.

Программа предназначена для реализации в МБУ ДО «Детская школа искусств № 7» по учебному предмету «Народно – сценический танец» сроком обучения 4 года, а также в других образовательных учреждениях дополнительного образования, реализующих дополнительные общеразвивающие общеобразовательные программы в области хореографического искусства.

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании. Ее освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Срок реализации учебного предмета, возраст учащихся.

Срок освоения программы «Народно – сценический танец» составляет 4 года, для работы с детьми среднего и старшего возраста. Урок проводится один раз в неделю 2 академических часа (90 минут).

Объём учебного времени

Объём учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета «Народно – сценический танец».

Нормативный срок обучения – 4 года

Класс	Распределение по годам обучения			
	1	2	3	4
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	36	36	36	36

Количество часов на аудиторные занятия в неделю	1	1	1	1
Общее количество часов на аудиторные занятия (по годам)	36	36	36	36
	144			

Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Групповые занятия (от 11 человек в группе) и мелкогрупповые занятия (от 4 до 10 человек) в зависимости от наполняемости классов.

Цель и задачи учебного предмета

Целью: развитие танцевально-исполнительских способностей обучающихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев, танцевальных композиций народов мира.

Задачи:

Образовательные:

- Формирование артистизма исполнителей.
- *Формирование* танцевальной выразительности.
- *Формирование* эмоциональности отзывчивости на музыку.
- *Овладение* свободой движения.

Развивающие:

- Развитие координации, широты, свободы движения.
- Развитие силы и выносливости.
- Развитие индивидуальных способностей детей.

Воспитательные:

- Воспитание мотивации к занятиям хореографическим искусством.
- Воспитание выносливости, настойчивости, умения преодолевать трудности для достижения намеченной цели.

Обоснование структуры учебного предмета «Народно – сценический танец»

Программа содержит следующие разделы:

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

В соответствии с данными направлениями строится раздел программы

«Содержание учебного предмета».

Методы обучения

Программой предусмотрены следующие виды занятий: практические и теоретические занятия.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие.

Приемы, принципы и методы организации образовательного процесса.

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие хореографические принципы:

- ✓ принцип формирования у детей художественного восприятия через танец;
- ✓ принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- ✓ принцип обучения владению культурой движения;
- ✓ гибкость, выворотность, пластичность.

Принципы дидактики:

- ✓ принцип развивающегося и воспитывающего характера обучения;
- ✓ принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- ✓ принцип движения от простого к сложному, как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений, элементов народного танца;
- ✓ принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- ✓ принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся;
- ✓ принцип доступности и посильности;
- ✓ принцип прочности обучения как возможность применять полученные знания во внеурочной деятельности, в учебных целях.

Для реализации программы в работе с учащимися применяются следующие методы:

- ✓ Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.
- ✓ Метод использования слова, с его помощью описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
- ✓ Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
- ✓ Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Приемы:

- ✓ комментирование;

- ✓ инструктирование;
- ✓ корректирование.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально - технического обеспечения:

- ✓ наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- ✓ качественное освещение в дневное и вечернее время;
- ✓ аккомпанемент концертмейстера;
- ✓ музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- ✓ специальная форма и обувь для занятий;

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тематический план

Наименование разделов и тем	Количество часов	Теория	Практика
<u>Раздел 1. Упражнения у станка.</u>	<u>44</u>		
Тема 1.1 Позиции ног.	4	1	3
Тема 1.2 Позиции и положения рук.	4	1	3
Тема 1.3 Полуприседания и полные приседания	4	1	3
Тема 1.4 Скольжение стопой по полу	4	1	3
Тема 1.5 Маленькие броски	4	1	3
Тема 1.6 Круговые скольжения по полу	4	1	3
Тема 1.7 Подготовка к каблучному упражнению	4	1	3
Тема 1.8 Упражнение с ненапряженной стопой(flic-flac)	4	1	3
Тема 1.9 Дробные выстукивания	4	1	3
Тема 1.10 Подготовка к «веревочке»	4	1	3
Тема 1.11 Большие броски	4	1	3
<u>Раздел 2. Упражнения лицом к станку.</u>	<u>8</u>		
Тема.2.1 Перегибы и наклоны корпуса	4	1	3
Тема 2.2 Подъем на полу пальцы	4	1	3
<u>Раздел 3. Упражнения на середине зала.</u>	<u>18</u>		
Тема 3.1 Белорусский танец	6	1	5
Тема 3.2 Танцы Прибалтики (по выбору педагога)	8	1	7
Тема 3.3 Бурятский танец	4	1	5

Зачет	<u>1</u>		1
Экзамен	<u>1</u>		1
Всего на 1 класс	<u>72</u>	<u>16</u>	<u>56</u>

СОДЕРЖАНИЕ I ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи I года обучения:

Особое внимание следует уделить постановке корпуса, основным позициям и положениям рук и ног, положениям головы в упражнениях у станка и на середине зала. Все движения у станка вводятся постепенно в своей простейшей форме (первоначально проучиваются лицом к станку).

РАЗДЕЛ I. УПРАЖНЕНИЯ У СТАНКА.

1.2.Позиции ног:

(лицом к станку, руки на станке) 1,2,3,5 – открытые, прямые.

Переводы ног из позиции в позицию:

- ✓ скольжением ноги по полу;
- ✓ разворотом стоп через полу пальцы и каблуки.

1.2.Позиции и положения рук:

Изучаются на середине класса и у станка

- ✓ 1,2,3;
- ✓ подготовительное положение вдоль корпуса;
- ✓ положение рук на талии;
- ✓ подготовка к началу движения – вступление.

1.3. Полуприседания и полные приседания:

(лицом к станку, руки на станке)

- ✓ плавные по 1,2,5 выворотным позициям отдельно на 2т 4/4; 1т4/4.

1.4. Скольжение стопой по полу:

(из 1 позиции ног лицом к станку, руки на станке)

- ✓ с переводом рабочей ноги с носка на каблук из 1, 5 позиции на 2т 4/4;
- ✓ с полуприседанием в момент перевода рабочей ноги на каблук из 5 позиции на 2т 4/4.

1.5. Маленькие броски:

(из 1 позиции ног лицом к станку, руки на станке)

- ✓ на вытянутой опорной ноге из 1 позиции на 1т 4/4.

1.6.Круговые скольжения по полу:

(из 1 позиции ног лицом к станку, руки на станке)

- ✓ заворот стопы на ребро каблука из 1 в 6 позицию;
- ✓ полукруг носком с остановкой в сторону до 2 позиции на 4т 4/4;
- ✓ полукруг каблуком с остановкой в сторону до 2 позиции на 4т 4/4.

1.7. Подготовка к каблучному упражнению:

(из 6 позиции ног лицом к станку, затем из 3 позиции)

- ✓ удары всей стопой в пол с одновременным ударом опорной пятки в пол 1т.4/4.

1.8. Упражнения с ненапряженной стопой (flic-flac)

(из 1 позиции ног лицом или спиной к станку, руки на станке)

- ✓ по 6 позиции вперед на 1т. 4/4;
- ✓ по 3 позиции вперед, в сторону и назад на 1т 4/4.

1.9. Дробные выстукивания:

(лицом к станку, руки на станке)

- ✓ удары по 6 позиции всей стопой в характере русского танца в комбинации с двух ног на 4т. 4/4.

1.10. Подготовка к «веревочке»:

(из 3 или 5 позиции ног лицом к станку, руки на станке)

- ✓ положение стопы на щиколотке спереди и сзади;
- ✓ подъем ноги через положение на щиколотке до колена (спереди или сзади) и опускание в позицию на 1т 4/4.

1.11. Большие броски ног:

(из 1 позиции лицом к станку, руки на станке)

- ✓ бросок прямой ноги на 90° на 4т. 4/4 сначала в сторону, потом вперед и назад.

РАЗДЕЛ II. УПРАЖНЕНИЯ ЛИЦОМ К СТАНКУ

2.1 Перегибы и наклоны корпуса:

(из 1 позиции ног лицом к станку, руки на станке)

- ✓ наклон корпуса вправо, влево, голова в повороте соответственно;
- ✓ перегиб корпуса назад, голова в повороте.

2.2 Подъем на полу пальцы:

(из 1 позиции ног лицом к станку, руки на станке, затем руки на поясе)
по прямым 6, 2 позициям и выворотным 1, 2, 5 позициям на 2-х ногах.

РАЗДЕЛ III. УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

Программа I – года обучения предусматривает ознакомление с элементами Белорусского танца, танцев народов Прибалтики и Бурятского танца.

3.1 Белорусский танец:

1. положения рук на поясе, в 3 позиции, в парах.
2. ходы и основные движения:
 - ✓ основной ход «Лявониhi»
 - ✓ боковая скользящая подбивка
 - ✓ ход с отбивкой
 - ✓ притоп
 - ✓ основной ход танца «Крыжачок»
 - ✓ присядка, выдвигая ногу вперед на носок (для мальчиков)
 - ✓ полька – трясуха на месте
 - ✓ перескоки из стороны в сторону.

3.2 Танцы Прибалтики:

Педагогу предлагается выбрать элементы любого из танцев Прибалтийских стран, своеобразных по манере исполнения.

Литовский танец:

1. положения рук на юбке, в парах.
2. ходы и основные движения:
 - ✓ простые и боковые
 - ✓ легкий бег
 - ✓ шаги с подскоком
 - ✓ полька
 - ✓ полька с поворотом

Латышский танец:

1. положения рук на поясе, на юбке.
2. ходы и основные движения:
 - ✓ простой шаг
 - ✓ легкий бег
 - ✓ боковые перескоки с продвижением в сторону
 - ✓ шаг с подскоком
 - ✓ галоп
 - ✓ полька

Эстонский танец

1. положения рук на юбке, за спиной.
2. ходы и основные движения:
 - ✓ легкий бег
 - ✓ шаг с подскоком
 - ✓ шаг с проскальзыванием
 - ✓ полька
 - ✓ вальс с пристукиванием ногой
 - ✓ вальс с подскоком на одной ноге

3.3 Бурятский танец:

1. положения рук взявшись за руки ладонями.
2. ходы и основные движения:
 - ✓ простой шаг
 - ✓ приставные шаги с полуприседанием и выносом ноги на носок вперед накрест.
 - ✓ боковой шаг накрест с приседанием.

В конце I и II полугодия педагог готовит с детьми этюды на проученном материале.

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тематический план

Наименование разделов и тем	Количество часов	Теория	Практика
<u>Раздел 1. Упражнения у станка.</u>	<u>48</u>		
Тема 1.1 Позиции ног.	4	1	3
Тема 1.2 Позиции и положения рук.	4	1	3
Тема 1.3 Полуприседания и полные приседания	4	1	3
Тема 1.4 Скольжение стопой по полу	4	1	3
Тема 1.5 Маленькие броски	4	1	3
Тема 1.6 Круговые скольжения по полу	4	1	3
Тема 1.7 Каблучное упражнение	4	1	3
Тема 1.8 Упражнение с ненапряженной стопой(flic-flac)	4	1	3
Тема 1.9 Дробные выстукивания	4	1	3
Тема 1.10 Подготовка к «веревочке»	4	1	3
Тема 1.11 Вынимание ноги на 90*	4	1	3
Тема 1.11 Большие броски	4	1	3
<u>Раздел 2. Упражнения на середине зала.</u>	<u>22</u>		
Тема 2.1 Танцы народов Поволжья	10	1	5
Тема 2.2 Украинский танец	8	1	7
Тема 2.3 Танцы народов Севера	6	1	5
Зачет	<u>1</u>		1
Экзамен	<u>1</u>		1

Всего на 1 класс	<u>72</u>	<u>15</u>	<u>57</u>
------------------	-----------	-----------	-----------

СОДЕРЖАНИЕ II ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи II года обучения:

Продолжение изучения материала на основе пройденных простейших элементов у станка и освоение их на середине зала, Развитие навыков координации в исполнении. Все движения исполняются уже боком к станку. Постепенно вводится работа рук с одновременной работой ног.

РАЗДЕЛ I. УПРАЖНЕНИЯ У СТАНКА.

1.1.Позиции ног:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе) 1,2,3,5 – открытые и прямые.

Переводы ног из позиции в позицию:

- ✓ скольжением ноги по полу;
- ✓ разворотом стоп через полу пальцы и каблук с приседанием.

1.2.Позиции и положения рук:

Изучаются на середине класса и боком у станка

- ✓ 1,2,3;
- ✓ подготовительное положение вдоль корпуса;
- ✓ положение рук на талии;
- ✓ подготовка к началу движения – вступление: обе руки опустить ладонями на станок, на середине - поднять вдоль корпуса и поставить ладонями на талию сбоку, локти в стороны.

1.3.Полуприседания и полные приседания:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ плавные полу и полные приседания по 1, 2, 5 позициям слитно в одной комбинации на 4т 4/4;

1.4.Скольжение стопой по полу:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ Из 1 позиции, затем из 5 позиции на 2т. 4/4;
- ✓ с подъемом пятки опорной ноги из 5 позиции на 2т 4/4;

1.5.Маленькие броски:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ Из 1 позиции, затем из 5 позиции на 2т. 4/4;
- ✓ с подъемом пятки опорной ноги из 5 позиции на 2т 4/4;

1.6. Круговые скольжения по полу:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ полный круг носком с остановкой назад на 4т 4/4;
- ✓ полный круг каблук с остановкой назад на 4т 4/4.

1.7 Каблучное упражнение:

- ✓ удары всей стопой в пол с одновременным ударом опорной пятки в пол на 1т.4/4 (боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе);
- ✓ удары всей стопой в пол с одновременным ударом опорной пятки в пол и выносом ноги на каблук во все направления на 2т.4/4 (сначала лицом, затем боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе).

1.8. Упражнения с ненапряженной стопой (flic-flac):

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ по 6 позиции вперед на 1т. 4/4;
- ✓ по 3 позиции вперед, в сторону и назад на 1т 4/4.

1.9. Дробные выстукивания:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ удары по 6 позиции всей стопой в характере русского танца в комбинации с двух ног на 4т. 4/4.

1.10. Подготовка к «веревочке»:

(из 3 или 5 позиции ног лицом к станку, руки на станке, затем боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе)

- ✓ подъем ноги через положение на щиколотке до колена с переносом (спереди или сзади) и опускание в позицию на 1т 4/4.

1.11 Медленное вынимание ноги на 90*:

- ✓ сначала проучивается в сторону лицом к станку, затем назад и вперед на 4т 4/4, затем боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе, на 2 позиции рук.

1.12. Большие броски ног:

(боком к станку, 1 рука на станке, 2 ладонью на поясе, на 2 позиции)

- ✓ бросок прямой ноги на 90* на 4т. 4/4 из 1,5 позиции сначала в сторону, потом вперед и назад, затем добавляется подъем опорной пятки по 5 позиции ног.

РАЗДЕЛ II. УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

Программой 2-го года обучения предусмотрено ознакомление с элементами танцев народов Поволжья, Украинским танцем и танцев народов Севера.

2.1 Танцы народов Поволжья:

Татарский танец:

1. положения рук на поясе, на фартуке, на платке.
2. ходы и основные движения:

- ✓ основной женский ход
- ✓ основной мужской ход
- ✓ боковой ход с выносом ноги на каблук
- ✓ «змейка»
- ✓ «гармошка» с ногой у щиколотки
- ✓ дробь с каблука
- ✓ вращения
- ✓ присядки для мальчиков
- ✓ хлопушки для мальчиков

Башкирский танец:

1. положения рук
2. ходы и основные движения
 - ✓ основной ход
 - ✓ подскок с ударом каблука
 - ✓ дробь с притопом
 - ✓ прыжок
 - ✓ «ухсебаш» с поворотом

Калмыцкий танец:

1. положения рук на поясе
2. движения кистей
3. движения плеч
4. ходы и основные движения:
 - ✓ основной ход «чечердык»
 - ✓ боковой ход с «ковырялкой»
 - ✓ дробные выстукивания
 - ✓ «качалка»
 - ✓ повороты и верчения

2.2 Украинский танец:

1. положения рук
2. ходы и основные движения
 - ✓ «бегунец» -стремительный бег
 - ✓ «тынок» низкий
 - ✓ медленный женский ход с остановкой на третьем шаге
 - ✓ ход назад с остановкой
 - ✓ припадание
 - ✓ «дорижка-плетенка»
 - ✓ «веревочка» простая и с переступанием
 - ✓ «выхилиястник» простой и с угинанием
 - ✓ «голубец» на месте, с продвижением и в повороте
 - ✓ присядки (ползунок, подсечка)

2.3 Танцы народов Севера:

Якутский танец:

1. положения рук
2. движения рук
3. ходы и основные движения:
 - ✓ хамы-осуохай – боковой шаг
 - ✓ осуохай – с приседанием
 - ✓ прыжки в разном направлении «зайца»
 - ✓ широкий прыжок

Эвенкийский танец:

1. положения рук
2. движения рук
3. ходы и основные движения:
 - ✓ боковые перекрестные шаги
 - ✓ шаги с подскоком
 - ✓ ход «медведя»
 - ✓ прыжки по 6 позиции с поджатыми ногами
 - ✓ шаги с выпадом вперед

В конце I и II полугодия педагог готовит с детьми этюды на проученном материале.

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тематический план

Наименование разделов и тем	Количество часов
------------------------------------	-------------------------

Раздел 1. Упражнения у станка.	
Тема 1.1 Полуприседания и полные приседания (demi plie end grand plie)	2
Тема 1.2 Скольжение стопой по полу (battments tendus)	2
Тема 1.3 Маленькие броски (battments tendus jetes)	2
Тема 1.4 Упражнение с ненапряженной стопой (flic-flac)	2
Тема 1.5 Круговые скольжения по полу (rond de jambe end rond de pied)	2
Тема 1.6 Подготовка к «веревочке»	2
Тема 1.7 Каблучное	2
Тема 1.8 Дробные выстукивания	2
Тема 1.9 Pas tortille (змейка)	1
Тема 1.10 Медленное раскраивание ноги на 90 (battments developpes)	2
Тема 1.11 Большие броски (grand battments jetes)	2
Раздел 2. Упражнения лицом к станку.	
Тема 2.1 Присядка с продвижением в сторону на одну ногу (для мальчиков)	2
Тема 2.2 Присядка с опусканием на подъем (для мальчиков)	2
Тема 2.3 Присядка с «ковырялкой»	1
Раздел 2. Упражнения на середине зала.	16
Тема 2.1 Танцы народов Средней Азии	10
Тема 2.2 Болгарский танец	10
Тема 2.3 Румынский танец.	10
Тема 3.4 Итальянский танец	
Всего:	72

СОДЕРЖАНИЕ III ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи III года обучения:

На основе пройденных движений продолжается изучение элементов у станка, но более сложных. Работа над координацией. Усложняется и усовершенствуется техника танцевания, движения комбинируются.

Педагогам рекомендуется строить задания на 8-16 тактов в соответствии с пройденным материалом.

РАЗДЕЛ I. УПРАЖНЕНИЯ У СТАНКА.

- 1.1** Полуприседания и полные приседания (demi plie end grand plie)
- плавные и резкие по прямым позициям на 1т 4/4; 1т 2/4
- grand plie (приседание) на п/пальцах
- 1.2** Скольжение стопой по полу (battments tendus)
- с подъемом пятки опорной ноги на $\frac{1}{4}$
- с заворотом бедра на 2т 2/4
- 1.3** Маленькие броски (battments tendus jetes)
- с подъемом пятки опорной ноги на $\frac{1}{4}$
- по 1 позиции на 1т 2/4
- 1.4** Упражнение с ненапряженной стопой (flic-flac)|
- со скачком и переступанием
- double flic
- 1.5** Круговые скольжения по полу (rond de jambe end rond de pied)
- носком и ребром каблука на 1т 2\4
- на demi plie на 1т 4/4 – «восьмерка»
- с пяткой опорной ноги
- 1.6** Подготовка к «веревочке»
- с подъемом на п/пальцы и на п/пальцах на 1т 4/4; 1т 2/4
- перевод ноги назад и вперед с подъемом на п/пальцы и на п/пальцах на 1т 4/4; 1т 2/4
- с заворотом бедра с подъемом на п/пальцы и на п/пальцах на 1т 4/4; 1т 4/4
- 1.7** Каблучное
- на demi plie во всех направлениях на 2т 2/4
- в сочетании с «ковырялкой»
- 1.8** Дробные выстукивания
- по 3 позиции с заворотом колена на 2т 2/4 (с ударом всей стопой) и на 1т 2/4
- 1.9** Pas tortille (змейка)
- двойная на 2т 2/4
- с ударом всей стопой
- 1.10** Медленное раскрытие ноги на 90 (battments developpes)
- с ударом пятки опорной ноги на 1т 4/4
- с двойным ударом пятки опорной ноги на 1т 4/4
- 1.11** Большие броски (grand battments jetes)
- с броском на $\frac{1}{4}$ такта
- с tombe на рабочую ногу на 1т 2/4; $\frac{1}{4}$

РАЗДЕЛ II. УПРАЖНЕНИЯ ЛИЦОМ К СТАНКУ

- 2.1** Присядка с продвижением в сторону на одну ногу (для мальчиков)
2.2 Присядка с опусканием на подъем (для мальчиков)

2.3 Присядка с «ковырялкой»

РАЗДЕЛ III. УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

Программой 3 года обучения предусмотрено изучение элементов Молдавских, Болгарских, Румынских танцев, танцев народов Средней Азии и Итальянского танца.

3.1 Танцы народов Средней Азии

Узбекский танец:

а/ движение кистей (сгибание, разгибание, щелчки)

б/ движение рук

в/ движения плеч

г/ движения головы

д/ ходы

- мягкие шаги на п/пальцах

- переступания с п/пальцев на каблук

- «гармошка»

- шаг в три переступания

е/ опускание на колени

ж/ перегибы корпуса (стоя, сидя на коленях)

з/ повороты (с выпадом, шагами из стороны в сторону)

Таджикский танец

а/ движение кистей

б/ движение рук

в/ движения плеч

г/ движения головы

д/ положения рук

е/ ходы

- с одной ноги на всю стопу

- с продвижением в сторону

ж/ опускание на колени

з/ перегибы корпуса

и/ повороты с круговым вращением корпуса

Молдавский танец:

а/ положения рук

б/ ходы

- шаг в сторону с открыванием ноги вперед
- бег с поочередным отбрасыванием согнутых ног назад
 - шаги с подскоком
- шаг вперед с каблука и соскок на всю стопу
- вращения

3.2 Болгарский танец:

а/ положение рук

б/ ходы и движения

- бег с согнутыми вперед коленями
- «chosse» вперед, в сторону
- беговой шаг с тройным переступанием
- выстукивания
- высокие броски
- присядки для мальчиков

3.3 Румынский танец:

а/ положение рук

б/ ходы и движения

- бег из танца «Сырба»
- боковой ход
- «веревочка»
- присядка по 6 позиции (для мальчиков)
- хлопушки (для мальчиков)

3.4 Итальянский танец:

а/ положения рук

б/ движения рук с предметом (тамбурином)

в/ ходы и основные движения

- подскоки с продвижением
- соскоки во 2 позицию с выносом рабочей ноги вперед и назад
- подскоки на одной ноге с вытянутой рабочей ногой на воздух или чуть согнутой
- верчения и повороты

В конце каждого полугодия педагог разучивает с детьми по 2-3 этюда или законченных танца (в зависимости от подготовленности класса) на пройденном материале.

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

Тематический план

Наименование разделов и тем	Количество часов
Раздел 1. Упражнения у станка.	
Тема 1.1 Полуприседания и полные приседания (demi plie end grand plie) в различных сочетаниях и темпах	2
Тема 1.2 Скольжение стопой по полу (battments tendus)	3
Тема 1.3 Маленькие броски (battments tendus jetes)	3
Тема 1.4 Упражнение с ненапряженной стопой (flic-flac)	2
Тема 1.5 Круговые скольжения по полу (rond de jambe end rond de pied)	2
Тема 1.6 Подготовка к «веревочке»	2
Тема 1.7 Каблучное	2
Тема 1.8 Выстукивания	2
Тема 1.9 Медленное раскрытие ноги на 90 (battments developpes)	2
Тема 1.10 Большие броски (grand battments jetes)	2
Раздел 2. Упражнения на середине зала.	17
Тема 2.1 Танцы народов Кавказа	13
Тема 2.2 Венгерский танец	10
Тема 2.3 Кубинский танец	10
Тема 2.4 Мексиканский танец	
Всего:	72

СОДЕРЖАНИЕ IV ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи IV года обучения:

Продолжение изучения программных движений, на основе уже пройденных, которые могут сочетаться друг с другом в различных комбинациях, как тренировочных, так и танцевальных. Больше времени следует уделять этюдной работе на середине зала.

РАЗДЕЛ I. УПРАЖНЕНИЯ У СТАНКА.

1.1 Полуприседания и полные приседания (demi plie end grand plie)
- в различных сочетаниях и темпах

- с заворотом коленей по 6 и 2 позиций ног
- 1.2 Скольжение стопой по полу (battments tendus)**
 - с tombe в момент возвращения рабочей ноги в позицию (с наклоном корпуса) на 1т 2/4
 - в различных сочетаниях и темпах
- 1.3 Маленькие броски (battments tendus jetes)**
 - сквозные броски с подъемом пятки опорной ноги на 1т 4/4
 - по 1 позиции на ¼ такта
- 1.4 Упражнение с ненапряженной стопой(flic-flac)|**
 - double flic со скачком и переступанием на 1 т 4\4
- 1.5 Круговые скольжения по полу(rond de jambe end rond de pied)**
 - по воздуху с вытянутым и сокращенным подъемом рабочей ноги на 1т 4/4; 1т 2/4
- 1.6 Подготовка к «веревочке»**
 - с прыжком, в характере Венгерского танца на 2/4; ¼
- 1.7 Каблучное**
 - с мазком подушечки рабочей ноги на 1т 2/4
 - на 90 на 1т 2/4
- 1.8 Медленное раскрытие ноги на 90 (battments developpes)**
 - в различных сочетаниях и темпах
- 1.9 Большие броски (grand battments jetes)**
 - с переступанием на рабочую ногу (с tombe) и двойным ударом на 1т 2/4
 - с подведением ноги через «passé» на 1т 4/4

РАЗДЕЛ II. УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

Программой IV года обучения предусмотрено изучение элементов Венгерского танца, танцев народов Кавказа, Кубинского и Мексиканского танцев.

2.1 Танцы народов Кавказа

Грузинский танец:

- а/ положения рук
- б/ движения рук (для мальчиков и девочек отдельно)
- в/ движения кистей
- г/ ходы и основные движения
 - шаги в три переступания
 - приставные шаги на п/пальцах с продвижением в сторону
 - «Гасма» -скользящие движения
 - «Чаквра» - ударные движения
 - повороты

Армянский танец

- а/ положения рук
- б/ движения рук
- в/ ходы и основные движения
 - переменный
 - простой
 - бег
 - перекрестные шаги
 - вращения
 - прыжки

2.2 Венгерский танец

- а/ положения рук
- б/ ходы и основные движения
 - одинарные и двойные переступания из стороны в сторону
 - перекрестный ход
 - ход с каблука
 - виды «ключей»
 - вращения
 - соскоки с п/пальцев на всю стопу
 - хлопки и хлопущки (для мальчиков)

2.3 Кубинские и Мексиканские танцы (по выбору педагога)

- а/ положения рук
- б/ основные движения
 - полька-кантри
 - трюковые элементы
 - выстукивания
 - верчения
 - перегибы и наклоны корпуса
 - работа с юбкой и маракасами

В конце каждого полугодия педагог разучивает с детьми по 2-3 этюда или законченных танца (в зависимости от подготовленности класса) на пройденном материале.