

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детская школа искусств» г.Сысерть

**Дополнительная общеразвивающая  
программа в области хореографического искусства  
« Основы хореографического искусства»**

**ПРОГРАММА**  
по учебному предмету

**Основы народно-сценического танца**

**Сысерть 2021**

<p>«Одобрено» Методическим советом МБУ ДО «ДШИ» г. Сысерть. дата рассмотрения <i>28 мая</i> 2015 год</p>	<p>«Утверждаю» Директор – Петерс Светлана Александровна  <i>30.05.2015</i> (подпись) дата утверждения</p>
--	--

Разработчик– Кадникова Дина Ривальевна преподаватель хореографии  
МБУ ДО «Детская школы искусств» г. Сысерть, преподаватель I категории.

Рецензент –Завьялова Лариса Васильевна эксперт министерства  
культуры Свердловской области, руководитель областной секции педагогов-  
хореографов, заведующая отделением хореографии СКИиК, преподаватель  
высшей категории, заслуженный работник культуры РФ

## РЕЦЕНЗИЯ

На дополнительную общеразвивающую, общеобразовательную программу в области хореографического искусства по предмету «Основы народно-сценического танца».

Разработчик: Кадникова Д.Р., преподаватель хореографии ДШИ г. Сысерть.

Представленная на рецензию программа выполнена на хорошем профессиональном уровне и оформлена в соответствии с рекомендациями Министерства культуры РФ, утверждёнными 21.11.2013 г.

Составителем чётко обозначены цели и задачи предмета "Народно-сценический" танец определена его роль в системе дополнительного, общеразвивающего образования.

Курс обучения рассчитан на 1 год в объёме 68 учебных часов и предполагает изучение основных элементов русского, белорусского танцев и одной из стран Балтии (Литва, Латвия, Эстония) по выбору педагога.

Учебный материал отобран и скомпонован с учётом возрастных особенностей учащихся, уровнем их профессиональной подготовки и физических возможностей.

В целом, предложенная педагогом программа, сориентирована на развитие творческого потенциала учащихся, формирование их профессионального кругозора, воспитание эстетического вкуса и самостоятельности художественного мышления.

Педагогом определены основные задачи для каждого этапа обучения, выработаны конкретные цели, разработаны критерии оценки и требования к уровню практических знаний и навыков учащихся.

Данная учебная программа может быть использована в качестве рабочей на хореографическом отделении ДШИ г. Сысерть.

Рецензент



Завьялова Лариса Васильевна,  
Заслуженный работник культуры РФ,  
эксперт Министерства культуры Свердловской области,  
преподаватель хореографии СКИиК высшей категории.

Рассмотрено и одобрено  
педагогическим советом  
МБУ ДО «Детская школа искусств»  
г. Сысерть  
Май \_\_\_\_\_ 2021г.

Утверждаю: директор  
ДШИ Петерс.С.А

Разработчик:

Кадникова Дина Ривальевна, преподаватель хореографии МБУ ДО  
«Детская школа искусств» г. Сысерть, преподаватель I категории.

Рецензент: Завьялова Лариса Васильевна. Эксперт министерства  
культуры Свердловской области, руководитель областной секции педагогов-  
хореографов, заведующая отделением хореографии СКИ и К, преподаватель  
высшей категории ,заслуженный работник культуры РФ

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

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

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

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

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

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

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

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

- Методические рекомендации педагогическим работникам;

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

- Основная литература;
- Дополнительная литература

## **I Пояснительная записка**

Программа учебного предмета «Основы народно-сценического танца» разработана преподавателем хореографического отделения «Детской школы искусств» г. Сысерть. Кадниковой Д.Р. Программа учебного предмета «Основы народно-сценического танца» 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, с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

**Особенности программы:** данная программа имеет общеразвивающий образовательный характер обучения.

Хореография как вид искусства аккумулирует в себе физическое и эстетическое развитие, комплексно воздействует на ребенка, формируя правильную осанку, координацию, выносливость, воспитывает эстетический вкус. В процессе его изучения дети знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов. Систематические занятия дают возможность развить у ребенка восприятие национального своеобразия танцев, манеры и характера исполнения. Учебный материал сгруппирован по степени возрастающей сложности. Занятия по народно-сценическому танцу состоят из экзерсиса у станка и на середине зала. Учитывая возраст ребенка и его неспособность длительное время концентрировать свое внимание на одном предмете, занятия в первом классе рекомендуется проводить на середине зала, в форме игры, апеллируя к творческому сознанию ребенка через образы природных явлений. Преподавателю важно учитывать равновесие между дисциплиной на уроке и раскрепощенностью детей, добиваясь точности исполнения танцевальных рас и свободой выразительности. Перед знакомством с каждой народностью педагог делает небольшой экскурс в историю данного народа, рассказывая об его обычаях, характере, тематике танцев, хореографической лексике и костюме. Занятия по народно-сценическому танцу, как и другие специальные хореографические дисциплины, призваны воспитать основы общей культуры подрастающего поколения. В процессе занятий у детей формируются не только представления о хореографии, но и элементы общечеловеческой культуры: корректное поведение, ответственность, трудолюбие, самоконтроль. Все эти качества связаны с творчеством опосредованно. Они являются базой для дальнейшего развития творческой жизни детей. На начальном этапе, на “середине”, изучаются характерные для народного танца позиции рук и ног, многочисленные положения рук в русском танце, осваивается простейшая координация, а также удобные и понятные детям

элементы танцев. Следует избегать слишком раннего и быстрого введения специфических особенностей народно-сценического танца, которые трудно, а зачастую и невозможно согласовать с начальной стадией обучения классическому танцу. Например, скошенная на ребро стопа, разное приседание, злоупотребление “завернутыми” положениями ног, резкие, неправильные для классики изломы корпуса, повороты головы и т.д. могут быть правильно восприняты мышцами ученика и не принесут пользы в народном танце, помешав в тоже время изучению классического. И только получив определенные навыки в классическом тренаже, можно углубленно и без вреда для мышечной системы и опорно-двигательного аппарата осваивать специфику народного и русского танцев.

**Срок реализации учебного предмета «Основы народно-сценического танца»**

Срок освоения программы 1 год начиная с 4 класса.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию предмета ««Основы народно-сценического танца»:68часов.

Год обучения	1год обучения (4 класс)
Количество часов на аудиторную нагрузку	68
Недельная аудиторная нагрузка	2
Всего:	68

**Форма проведения учебных аудиторных занятий:**

Основной формой учебной работы является урок, численность учащихся от 5до 12 человек, продолжительность урока -90 минут.

**Цель:** развитие творческих способностей и индивидуальных дарований ребенка через отработку основных элементов народно-сценического танца.

развитие танцевально-исполнительских и художественно- эстетических способностей учащихся, на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народно-сценических танцев.

**Задачи:** обучение основам народного танца, • развитие танцевальной координации; • обучение виртуозности исполнения; • обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике; • развитие физической выносливости; • развитие умения танцевать в группе; • развитие сценического артистизма; • развитие дисциплинированности; • формирование волевых качеств.

### **Обоснование структуры программы учебного предмета:**

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

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 обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы "Содержание учебного предмета".

### **Методы обучения**

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся

танцоров, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

### **Описание материально-технических условий:**

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

- балетный зал площадью 35 кв. м
- зеркала размером 7х2 м
- балетный станок;
- раздевалка для учащихся и преподавателя;
- фортепиано;
- магнитофон;
- фонотека;
- видеотека;
- методические пособия;
- костюмерная.

## **II Содержание.**

1 год обучения.

4 класс. Упражнения у станка:

1. Полуприседания и большие приседания (plie) по 1-й, 2-й, 5-й позициям, плавные и резкие (муз. раз. - 3/4, 2/4.) Приседания важный раздел занятий у станка, они развивают мягкость, эластичность движений в коленном, тазобедренном, голеностопном суставах, способствуют развитию прыжка.

2. Упражнение на развитие подвижности стопы (battement tendu).

- основной вид перевода ноги с носка на каблук (по всем направлениям);
- с полуприседанием в момент перевода на каблук;
- с полуприседанием в момент возвращения в исходную позицию;
- с отделением пятки опорной ноги от пола;
- с двумя полуприседаниями;

( муз. раз. – 2/4.)

3. Маленькие броски (battement tendu jete – муз. раз.- 2/4 )

- с сокращением подъёма стопы;
- с полуприседанием;
- с подъёмом пятки опорной ноги;

4. Упражнения с ненапряжённой стопой (flic-flac – муз.раз. 2/4).

- мазки «от себя» к «себе»;
- с опусканием стопы работающей ноги на подушечку;

5. Круг ногой по полу носком (rond de jambe) и каблуком (rond de pied)

(муз.раз.- 3/4).

- без приседания на опорной ноге;
- с приседанием на опорной ноге;

6. Подготовка к верёвочке, (муз. раз.-4/4 в характере русского, танца).

- подъём ноги до колена (спереди или сзади);
- перевод ноги через passé;
- «заворот и разворот» бедра работающей ноги;
- с подъёмом на полупальцы;

7. Дробные выстукивания – (муз. раз. 2/4).

- удары всей стопой;

- двойные удары;
  - подготовка к ключу в характере русского танца;
8. Медленный подъём ноги (releve lent)-муз.раз.-3/4.

- с натянутым подъёмом работающей ноги;
- с сокращённым подъёмом;

Упражнения лицом к станку.

9. Подъём на полупальцы (муз.раз.-2/4).

10. Перегибы корпуса (муз.раз-3/4).

11. Прыжки с ударом внутренней части стоп (прыжковые «голубцы»)  
(муз.раз.-3/4)

Упражнения на середине зала:

Элементы русского танца.

Позиции и положения рук в русском танце:

port de bras в характере русского танца.

Упражнения для кистей:

- вращательные движения en dehors, en dedans;
- хлопки в ладони, по колену (мальчики).

Пальцы собраны вместе и вытянуты, запястье не сгибается. Руки от локтя до кончиков

пальцев образуют единое целое.

1. Навыки обращения с платочком.

2. Наиболее характерные распространённые положения рук в танцах (положения рук у девушек с платочком).

3. Наиболее распространённые положения рук в парах.

4. Основные шаги:

простой шаг (с продвижением вперед, назад);

переменный шаг (с продвижением вперед, назад);

переменный шаг с притопом (с продвижением вперед, назад);  
переменный шаг с каблука (с продвижением вперед – мужск.);

1. Притопы – удары всей стопой в пол:

на сильную долю, одной ногой;

двумя ногами (“печатка”)

шаг - каблук

2. Дробь:

Дробная дорожка

Ключи

в “две ноги”, в “три ноги” (Курская обл.);

северная (Архангельская обл.);

“пересек”, “пересеки” (Белгородская обл.);

сибирская (Иркутская обл.).

3. Ходы:

шаркающий – скользящий;

ход уральской “шестеры”;

ход сибирской восьмерки;

воронежский девичий ход;

ход саратовской пляски “Карачанка”.

1. “Гармошка”.

2. “Елочка”.

3. “Припадания”

4. Ковырялочка.

5. Веребочка.

6. Моталочка.

7. Хлопушки и присядки

Характеристика и определение хоровода.

Примеры игровых хороводов.

Примеры орнаментальных хороводов (по усмотрению преподавателя).

1. “Круг”.
2. “Два круга рядом”.
3. “Круг в круге”,
4. “Корзиночка”.
5. “Восьмерка”.
6. “Улитка”.
7. “Змейка”.
8. “Колонна”.
9. “Стенка”.
10. “Воротики”.
11. “Гребень”.

*Элементы белорусского танца.*

“Припадание” по VI позиции с разворотом работающей ноги в V и VI позиции в характере белорусского танца.

“Присюды”:

- en face;

- ерауlement;

- в повороте на 180°.

Ход “Лявониhi”.

“Подбивка”.

Ход с выведением ноги вперед через I позицию.

Вращение на месте. Простые шаги, “припадание”.

*Элементы Прибалтийских танцев.*

Трехшаговая полька, пружинная полька, полька-трясучка, прыжки.

№	Тема	Количество часов
1	Разучивание вариантов народного поклона. Пять прямых позиций в народном танце.	4
2	Разучивание свободных и завернутых позиций ног. Положение рук	4
3	Танцевальные ходы (шаг с носка, приставной шаг, шаг на полупальцах и т.д.)	2
4	Основные элементы русского народного танца	2
5	Положение рук и ног	4
6	Поклоны	2
7	Притопы	2
8	Гармошка	2
9	Припадание в сторону	4
10	Веревочка	4
11	Вращение во круг своей оси	4
12	Перестроение: ворота, змейка, колонна	4
13	Ковырялочка	2
14	Хлопки и хлопушки для мальчиков	4
15	Присядки для мальчиков	2
16	Элементы белорусского народного танца	4
17	Элементы прибалтийского танца	4
18	Положение рук	2
19	Основной ход	2
20	Притопы. Тройные притопы с поклоном	2
21	Присядка на двух ногах для мальчиков	4
22	Правильность исполнения танцевальных движений	4
	Всего :	68

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

#### ***По окончании учащихся должен знать:***

- названия народно-сценических движений;
- Основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса;
- Поклоны
- Притопы
- «Гармошка»
- Припадание

#### ***Учащийся должен уметь:***

- Показать пять свободных позиций ног, рук и подготовительное положение

- вращения, хлопки и хлопушки:
- Присядки для мальчиков;
- «Веребочка» простая
- «Ковырялочка»
- Повороты по 6 позиции
- владеть приемами: «сокращенная стопа», «скошенный подъем»;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- знать движение в различных ракурсах и рисунках;
- уметь исполнять движения в характере русского и белорусского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

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

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы "Народно-сценический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся. Контроль позволяет определить эффективность обучения, обсудить результат, внести изменения в процесс, если надо. Контроль позволяет родителям, преподавателям, ученикам увидеть результат своего труда. Проведение показательных уроков перед родителями с целью повышения интереса, проведение экзаменов, контрольных уроков, их периодичность устанавливает преподаватель.

Контроль может быть текущим, промежуточным, итоговым. Текущий контроль осуществляется по ходу занятия. Форма промежуточной аттестации проводится по контрольным урокам в конце четверти. Аттестация проводится в счёт аудиторного времени. Итоговая аттестация в форме выпускного экзамена проводится в 4-м классе.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

#### **Критерии оценок**

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

Критерии оценки качества исполнения

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

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков
4 («хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:  
оценка годовой работы ученика;

оценка на экзамене;

другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

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

В работе с обучающимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика:

интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

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

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

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

## **VI .Список литературы для педагога**

1. Барышникова Е. Азбука хореографии. - СПб., Респекс , 1996.
2. Вевюрская А.О. Сюжетные танцы. – М.: Советская Россия, 1989.
3. Ги Дени, Люк Дассвиль Все танцы. Киев.: Музична Україна, 1987.
4. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. - М.: Владос,2002
5. Захаров В. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1983.
6. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 1976.
7. Ивашковский А.А. Хореокоррекция. Теоретические и практические основы. Калуга, 2006
8. Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Издательство Московского государственного института культуры, 1994
9. Нилов В.Н. Хореография. – М.: Научно-методический центр социально-воспитательной работы, 2010.
10. Степанова Л. Народные танцы. Москва, 1968
11. Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца. - СПб.,1996.