

Рабочая программа

**«Народно-сценический танец»**  
(платные образовательные услуги)

**Планируемые результаты обучения**

- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей;
- развитие творческих способностей;
- развитие интеллектуальных способностей, приобретение интеллектуальных знаний;
- стремление к самостоятельному общению с искусством и художественному самообразованию.
- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности;
- понимание значения танца в жизни человека
- освоение танцевальных направлений как духовного опыта поколений
- знание основных закономерностей хореографического искусства, умения и навыки в различных видах учебно-творческой деятельности.

*Учащиеся научатся:*

- высказывать личностно-оценочные суждения о роли хореографии в жизни;
- решать творческие задачи, участвовать в художественных событиях школы;
- проявлять творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности, в танцевально-эстетической жизни, школы (музыкальные вечера, концерты);
- работать с разными источниками информации;
- продуктивно сотрудничать со сверстниками при решении различных задач.
- различать лирические, эпические, драматические образы в танце;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять народный танец, изученные классические танцевальные комбинации, участвовать в концертном исполнении танцевального репертуара.

## Содержание программы

### **Тема 1. Введение в программу.**

Теоретические занятия: Знакомство с историей народного танца, инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия: Входная диагностика.

### **Тема 2. Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений.**

Теоретические занятия: Знакомство детей с танцевальной азбукой.

Элементы танцевальных движений. Знакомство детей с элементами танцевальных движений.

Правила исполнения танцевальных движений.

Ориентировка в пространстве. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Практические занятия:

- разогрев, постепенный ввод мышц в работу (назначение - настрой на урок с полной физической отдачей и внимания, организует и дисциплинирует, учит правильному пользованию дыханием носом);

- упражнения для рук, кистей, и пальцев;

- упражнения для плеч;

- упражнения для головы;

- упражнения для корпуса.

### **Тема 3. Народный экзерсис у станка.**

- Пять позиций ног.

- Переводы ног из позиции в позицию.

- Demi pliés, grand pliés (полуприседания и полные приседания).

- Battements tendus (выведение ноги на носок).

- Battements tendus jetés (маленькие броски).

- Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).

- Подготовка к маленькому каблучному.

- Подготовка к «веревочке», «веревочка».

- Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).

- Grands battements jetés (большие броски).

- Relevé (подъем на полупальцы).

- Port de bras.

- Подготовка к «молоточкам».

- Подготовка к полуприсядкам и присядкам.

- Прыжки с поджатыми ногами.

#### Тема 4. Экзерсис на середине зала.

##### - Русский поклон:

простой поясной на месте, простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении.

##### - Основные положения и движения рук:

ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись);

руки скрещены на груди, одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку, держась за одну руку, за две, под руку; «воротца»;

положения рук в круге;

держась за руки;

«корзиночка»;

«звездочка»;

##### - Движения рук:

подчеркнутые раскрытия и закрытия рук;

раскрытия рук в стороны (ладонями вверх в 3 позицию);

взмахи с платочком;

##### - Хлопки в ладоши.

##### - Русские ходы и элементы русского танца:

простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах, переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочередно в точке на 30-45 градусов;

на полупальцах - этот же ход;

переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу, работающей ноги на воздух через 1 позицию ног;

тройной шаг на полупальцах с ударом на четвертый шаг всей стопой в пол, шаг с мазком каблуком и вынесением сокращенной стопы на воздух на 30-45 градусов;

##### - Комбинации из основных шагов.

##### - «Припадание»:

1) по 1 прямой позиции

2) вокруг себя по 1 прямой позиции

3) по 5 позиции

4) вокруг себя и в сторону

##### - Подготовка к «веревочке»:

1) без полупальцев, без проскальзывания

2) с полупальцами, с проскальзыванием

3) «Косичка» (в медленном темпе)

- Подготовка к «моталочке»:

1) по 1 прямой позиции — с задержкой ноги сзади, впереди

- «Моталочка» в «чистом» виде.

- «Гармошечка»:

1) начальная раскладка с паузами в каждом положении

2) «лесенка»

3) «елочка»

4) исполнение в «чистом» виде.

- «Ковырялочка»:

1) простая, в пол

2) простая, с броском ноги на 45 градусов и небольшим отскоком на опорной ноге

3) «Ковырялочка» на 90 градусов с активной работой корпуса и ноги в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.

- Основы дробных выстукиваний:

1) Простой притоп

2) Двойной притоп

3) В чередовании с приседанием и без него

4) В чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши

5) Подготовка к двойной дроби

6) Двойная дробь

7) «Трилистник»

8) «Трилистник» с двойным и тройным притопом

9) Переборы каблучками ног

10) Переборы каблучками ног в чередовании с притопами

- Подготовка к присядкам и присядки:

1) подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позиции)

2) подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции

3) «мячик» по 1 прямой и 1 позиции.

- Подскоки:

1) подскоки на двух ногах

2) поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед

3) присядки на двух ногах

4) присядки с выносом ноги на каблук

5) присядки с выносом ноги в сторону на 45 градусов.

## **Тема 5 . Диагональ. Танцевальные движения.**

- Комбинация простых и тройных шагов.

- Подскоки с продвижением вперед и на месте в повороте по четвертям.
- Галоп со скользящим хлопком (в белорусском характере).
- Подскоки с наклонами (в белорусском характере).
- Прыжки с поджатыми ногами с продвижением вперед.
- Шаг на одну ногу, закончить прыжком с поджатыми ногами.

#### **Тема 6. Подготовка к вращениям на середине зала.**

- Полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve
- Полуповороты по четвертям круга приемом шаг-retere.
- Полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки.
- Припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов

- Подскоки по той же схеме.
- «Поджатые» прыжки по той же схеме.
- Подготовка к tours (мужское).
- Поворот на 90 во всех вращениях.
- Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:

1) приемом шаг-retere по схеме: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 90 градусов , 5, 6, 7, 8 - шаги на месте, 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180, 5, 6 – фиксация, 7, 8 пауза.

2) поворот на 4 шага - retere на 180 градусов.

3) подскоки – разучиваются по той же схеме.

#### **Тема 7. Репетиционно-постановочная деятельность.**

- Значение постоянной отработки исполнения технически сложных комбинаций народного танца в более сложных ритмических рисунках и ускоренных темпах.
- Объяснение процесса объединения движений в более сложные по композиции комбинации и танцевальные этюды народного танца.
- Уровень выразительности исполнения.
- Ансамблевое исполнение технически насыщенных танцев.

#### **Тема 8. Итоговое занятие.**

##### Теоретические занятия

- Вопросы и задания по разделам программы.

##### Практические занятия

- Выполнение музыкально-ритмических, танцевальных комбинаций и разученных комплексов упражнений.
- Разбор и оценка практической деятельности обучающихся.
- Подготовка к открытому занятию.
- Открытое занятие (концерт).

## Тематическое планирование

№	Разделы, темы	Всего часов	из них	
			теория	практика
1.	Введение в программу	1	0,5	0,5
2.	Танцевальная азбука и элементы танцевальных движений	5	2	3
3.	Народный экзерсис у станка	15		15
4.	Экзерсис на середине зала	15		15
5.	Диагональ. Танцевальные движения	10		10
6.	Подготовка к вращениям на середине зала	10		10
7.	Репетиционно-постановочная деятельность	14	2	12
8	Итоговое занятие. Концерт	2		2
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>4,5</b>	<b>67,5</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575957

Владелец Вяткина Татьяна Олеговна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022