

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ «ФОРТЕ»  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

по учебному предмету  
**НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

срок обучения 3 года (II) ступень

г. о. Тольятти

2024 год

|                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Программа принята на основании<br/>решения педагогического совета<br/>МБУ ДО ДШИ «Форте»<br/>Протокол № <u>1</u> от «<u>28</u>» <u>08</u> 20<u>24</u> г.</p> | <p>«Утверждаю» <b>«ФОРТЕ»</b><br/>Директор МБУ ДО<br/>ДШИ «Форте» г.о. Тольятти<br/><i>В.В. Кочетов</i><br/>«<u>28</u>» <u>08</u> 20<u>24</u> г.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Разработчик программы:

Левашова Л.Е. - заведующий хореографическим отделением, преподаватель высшей квалификационной категории хореографического отделения МБУ ДО ДШИ «Форте»

Рецензент:

Тарасевич И.А. - преподаватель высшей квалификационной категории хореографического отделения МБУ ДО ДШИ «Форте»

## Содержание программы

|                                                                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка.....                                                                                        | 3  |
| 1.1 Паспорт программы.....                                                                                           | 3  |
| 1.2 Актуальность и педагогическая целесообразность содержания<br>программы.....                                      | 3  |
| 1.3 Новизна и отличительные особенности .....                                                                        | 4  |
| 1.4 Цель и задачи образовательной программы .....                                                                    | 4  |
| 1.5 Организационно-педагогические особенности освоения<br>программы.....                                             | 5  |
| 1.6 Взаимодействие данной программы с предметами и программами<br>Детской школы искусств «Форте» .....               | 6  |
| 1.7 План воспитательной работы .....                                                                                 | 7  |
| 1.8 Работа с родителями .....                                                                                        | 7  |
| 1.9 Прогнозируемые (ожидаемые) результаты .....                                                                      | 8  |
| 1.10 Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса ....                                              | 20 |
| 1.11 Диагностика интересов .....                                                                                     | 24 |
| 2. Учебно-тематический план и содержание деятельности.....                                                           | 25 |
| 2.1 Примерный учебно-тематический план.....                                                                          | 25 |
| 2.2 Учебно-тематический план и содержание программы по годам<br>обучения.....                                        | 26 |
| 3-ый год обучения (5класс) .....                                                                                     | 48 |
| 4-ый год обучения (6 класс) .....                                                                                    | 57 |
| 5-ой год обучения (7 класс).....                                                                                     | 68 |
| 3. Методическое обеспечение .....                                                                                    | 79 |
| 3.1 Кадровое обеспечение .....                                                                                       | 79 |
| 3.2 Материально-техническое обеспечение .....                                                                        | 79 |
| 3.2.1 Костюмы для сценической практики .....                                                                         | 79 |
| 3.3 Учебно-методические материалы .....                                                                              | 80 |
| 3.3.1 Медиа материалы .....                                                                                          | 80 |
| 3.3.1.1 Видеоматериалы и DVD .....                                                                                   | 80 |
| 3.3.1.2 Аудиоматериалы .....                                                                                         | 80 |
| 3.3.1.3 CD – диски .....                                                                                             | 80 |
| 3.3.2 Нотный материал (для концертмейстера) .....                                                                    | 80 |
| 4. Список литературы .....                                                                                           | 81 |
| 4.1 Список литературы и других источников информации для написания<br>дополнительной образовательной программы ..... | 81 |
| «Народный танец» .....                                                                                               | 81 |
| 4.2 Список литературы для педагогов .....                                                                            | 81 |
| 4.3 Список литературы для учащихся .....                                                                             | 82 |

## Приложения

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Народный танец» художественно-эстетической направленности является неотъемлемой частью образовательного процесса ДШИ «Форте» и создана для обучения детей на хореографическом отделении народно-сценическому танцу.

### 1.1 Паспорт программы

|                                   |                                                           |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 1. Наименование программы         | Дополнительная образовательная программа «Народный танец» |
| 2. Вид программы                  | Авторская                                                 |
| 3. По направленность              | Художественно-эстетическая                                |
| 4. По сроку реализации            | 3 года                                                    |
| 5. Возраст учащихся               | 12.14 лет                                                 |
| 6. Уровень программы              | Учрежденческая                                            |
| 7. По степени творческого подхода | Репродуктивно-творческая                                  |
| 8. Степень реализации программы   | Программа реализована полностью                           |

### 1.2 Актуальность и педагогическая целесообразность содержания программы

Танцы, так же как и песни, один из любимейших видов народного творчества. Различные по рисунку и характеру исполнения, они передают силу, бодрость, оптимизм народа, покоряют чарующей простотой, лиричностью, жизнерадостностью, говорят о богатстве национальных традиций.

Ни в одной стране мира нет такого разнообразия, такого богатства народных танцев, как в России. Национальные танцы народов Поволжья (в том числе Самарского региона) предмет особой гордости, исследовательского интереса и изучения в данной программе.

Занимаясь народно-сценическим танцем, учащиеся знакомятся с историей и культурой народа, на основе танцевального материала которого строится композиция или этюд; детально изучаются обычаи данного народа, костюмы, наиболее характерные для танцевальной эпохи, а так же стилистические особенности танца, отличающие его от танцев других народов.

Основой предмета «Народный танец» является выработка умения воспринимать особенности стиля и характера национальных танцев, совершенствования танцевальной техники.

Актуальность и педагогическая целесообразность заключается в том, что в программе применяется принцип контрастности; т.е. чередование различных по нагрузке упражнений и элементов. Это способствует развитию гармоничного тела учащихся, полной координации всех движений и действенного исполнения танца.

Вступив в новое тысячелетие, наше общество все яснее осознает, что будущее России и судьбы новых поколений в огромной степени зависят от того, удастся ли нам сохранить и приумножить богатейшее наследие народной культуры. Ведь знакомство с историей, культурой и бытом народа безусловно очень важно для хореографа и является предпосылкой к пониманию существа танца. Танец, как и всякое искусство, отражает жизнь в образно-художественной форме.

### **1.3 Новизна и отличительные особенности.**

Отличительной особенностью является знакомство с богатством и разнообразием культуры Родного края (Самарского региона) через изучение лексического материала танцевальной культуры Поволжья: татарского народного танца, башкирского народного танца, марийского народного танца.

В данной программе (как и в репертуаре Детского театра танца «Плясицы») большое внимание уделяется постановкам, в сюжете которых используется наследие Поволжского края. Это «Сюита танцев народов Поволжья»:

- «Русская плясовая»;
- «Красавицы» - башкирский народный танец;
- «Орлы» - калмыцкий народный танец;
- «Соседушки» - татарский народный танец;
- Старинный народный марийский танец;
- «На празднике» - татарский народный танец.

Дети, участники театра танца, исполняют не только номера, поставленные педагогами-балетмейстерами театра, но и с большим интересом изучают наследие Русской хореографии. Очень вдохновенно они танцуют калмыцкий народный танец «Орлы» - постановка руководителя Государственного Академического ансамбля народного танца Игоря Моисеева (редакция преподавателя Левашовой Л.Е.).

### **1.4 Цели и задачи образовательной программы**

В своих спектаклях и композициях по народно-сценическому танцу отражаются самобытные качества народной души. В образах героя, матери, родной природы пытаются отобразить исконные добродетели – такие как доброта, милосердие, трудолюбие, честность и т.д. Опора на эти ценности и идеалы ложится во главу угла в воспитании и образовании учащихся.

Основная цель программы - воспитание учащихся средствами хореографического искусства способности выразить через пластику тела все жанровое разнообразие народного танца, как части всей духовной культуры.

Задачи – через своеобразную и сложную технику искусства танца раскрыть внутренний мир учащихся и воспитать через конкретное сценическое действие любовь к народному танцу, так как это важнейший и популярный жанр в хореографии и источник сценического репертуара.

**Задачи программы:**

1. Воспитание у учащихся танцевальной сценической выразительности, способности быстро усваивать различные по стилю, манере и национальной окраске танцевальные композиции.
2. Овладение учащимися элементами и упражнениями народно-сценического экзерсиса, как перехода к танцевальным композициям, основанным на конкретном материале того или иного национального танца.
3. Развитие танцевальных навыков учащихся через последовательное и грамотное, методически точное изучение и исполнение элементов народно-сценического танца.

Цель программы – связать и обобщить знания полученные учащимися на уроках ритмики, историко-бытового, современного, классического танца. Добиться цельности и единства в процессе танцевально-пластического развития учащегося, так как все предметы хореографического курса находятся в тесном взаимодействии.

## 1.5 Организационно-педагогические основы образовательного процесса

Данная программа направлена на обучение учащихся 1-3 классов хореографического отделения народному танцу и рассчитана на три года обучения.

Формой проведения занятий является групповой урок, продолжительностью 2 академических часа.

Программа состоит из пяти основных разделов:

1. Exercise у станка
2. Exercise на середине зала
3. Вращения
4. Танцевальные этюды
- Контроль знаний

Недельная нагрузка – 2 часа, 34 учебные недели, 68 часов в год.

На третьем году обучения народно-сценическому танцу изучаются более сложные элементы, требующие координации и силовой нагрузки. В танцевальные комбинации добавляются полуповороты, положения *epaulement*, наклоны и перегибы корпуса. Активнее работают руки, т.к. изучается лексика башкирского, молдавского, узбекского народного танца. Усложняется построение танцевальных комбинаций на середине зала.

Четвертый, пятый годы обучения направлены на дальнейшее изучение элементов у станка, более сложных видов движений, соответствующей координации движений рук, ног, корпуса, головы. Добавляются наклоны, перегибы корпуса, упражнения на полупальцах, на 90<sup>0</sup>, туры, повороты, прыжки. Увеличивается силовая нагрузка. Проводится большая работа по эмоционально-выразительному исполнению комбинаций, т.к. учащиеся уже имеют навыки технического исполнения упражнений.

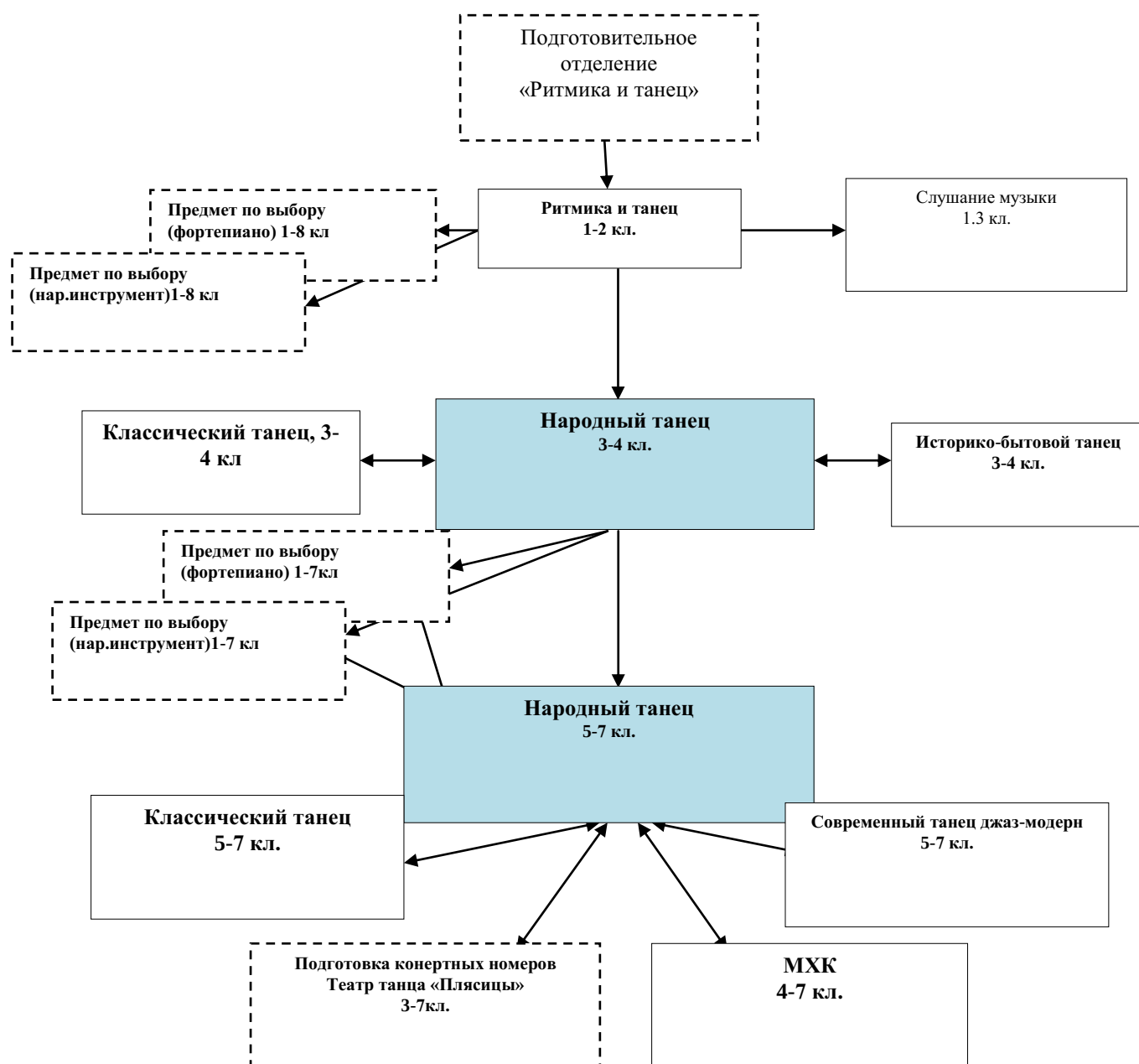
На середине зала составляются более сложные комбинации из движений изучаемого материала. Выразительность исполнения, передача национального стиля и манеры народного танца очень важны, т.к. пятый год – это заключительный этап обучения.

Пятый год обучения по программе является итоговым. Как результат реализации программы показывает уровень профессиональной обученности учащихся, а так же степень сформированности компетентностного и личностного развития.

Качество усвоения программы и проверка прочности знаний учащихся определяется на контрольных уроках в конце каждой четверти, на открытых тематических уроках по полугодиям и на экзаменах. В седьмом классе – выпускной экзамен.

Формами подведения итогов реализации программы являются конкурсы и фестивали хореографического мастерства, проводимые на учрежденческом, городском, областном, региональном, Всероссийском и Международном уровнях.

## 1.6 Взаимодействие данной авторской программы с другими программами хореографического отделения Детской школы искусств «Форте»



○ Вариантные курсы обучения (предметы учебного плана)

--- Инициативные курсы обучения: «Ритмика и танец» (для подготовительного отделения); «Предмет по выбору» (музыкальный инструмент фортепиано); «Предмет по выбору» (народный музыкальный инструмент: аккордеон, баян); «Подготовка концертных номеров «Театр танца» (для одаренных детей)

## 1.7 План воспитательной работы.

1. Посещение спектаклей, абонементных концертов Тольяттинской государственной филармонии, мероприятий «Детской школьной филармонии», выставок, музейных экспозиций и.т.д.

2. Поздравление и организация праздников, посвященных Дню именинника.
3. Участие в различного рода социально-значимых мероприятиях: День знаний, День защитника Отечества, Новый год, Рождественские концерты (посиделки), День 8 Марта и др.

### **1.8 Работа с родителями.**

Большое значение при организации работы придается включению родителей в атмосферу серьезности обучения детей данному виду искусства, создание которой считается необходимой для успешных занятий хореографией. С этой целью проводятся:

1. Родительские собрания:
  - по итогам набора групп в начале каждого учебного года;
  - проведение родительских собраний в течение учебного года.
2. Встречи и беседы с родителями по индивидуальным вопросам.
3. Привлечение родителей к организации помощи выездов (с участием) детей, связанных с концертной, конкурсной деятельностью.
4. Совместное посещение различных общественных мероприятий.
5. Участие в общественной жизни школы через Попечительский совет.
6. Анкетирование, тестирование, опросы родителей с целью формирования социального заказа на обучение детей.

### 1.9 Прогнозируемые (ожидаемые) результаты.

| Результаты образования                                       | 3 год обучения<br>(5 класс)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4 год обучения<br>(6класс)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 5 год обучения<br>(7 класс)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Освоение содержания программы<br>1.1 Теоретические знания | <p>Обучающийся должен знать:</p> <p>– <b>новые виды движений экзерсиса у станка:</b></p> <p>- <b>Plie</b> (плавные и резкие по всем позициям, в координации с portdebrass);</p> <p>- <b>Bat. tendus</b> (с поворотом в закрытое положение с demiplier, с полуповоротом);</p> <p>- <b>Bat. tendus jetes</b> (jetes piques, jetes balansoirs, с наклоном корпуса);</p> <p>;</p> <p>- <b>Ronddejambe par terre</b> (с разворотом опорной стопы, с перегибами и растяжками, endedans);</p> <p>- <b>Каблучное упражнение</b> (с полуповоротом, на 90, с комбинированием с другими движениями («ковырялочка», «соскоки»);</p> <p>- <b>Bat.fondus</b> (с подниманием на п/п, с наклоном корпуса и движением рук);</p> <p>- <b>Flic-flac</b> (с подскоком на опорной ноге, с</p> | <p>Обучающийся должен знать:</p> <p>– <b>более сложные по технике исполнения движения экзерсиса у станка:</b></p> <p>- <b>Plie</b> (плавные и резкие по всем позициям, в координации с portdebrass, entourant);</p> <p>- <b>Bat. tendus</b> (с поворотом в закрытое положение с demiplier, с полуповоротом, с tours);</p> <p>- <b>Bat. tendus jetes</b> (jetes piques, jetes balansoirs, с наклоном корпуса, в сочетании с танцевальными элементами);</p> <p>- <b>Ronddejambe par terre</b> (с разворотом опорной стопы, с перегибами и растяжками, endedans, с tours. в сочетании с танцевальными элементами);</p> <p>- <b>Каблучное упражнение</b> (с полуповоротом, на 90, с комбинированием с другими движениями («ковырялочка», «соскоки»);</p> <p>- <b>Bat.fondus</b> (с подниманием на п/п, с наклоном корпуса и движением рук, в сочетании с танцевальными</p> | <p>Обучающийся должен знать:</p> <p>– <b>новые виды движений экзерсиса у станка с прыжком:</b></p> <p>- <b>Plie</b> (demi и grandplier по открытым и прямым позициям, в сочетании с танцевальными элементами);</p> <p>- <b>Bat. tendus</b> (с подъемом опорной пятки в открытой позиции, в сочетании с танцевальными элементами);</p> <p>- <b>Bat. tendus jetes</b> (синкопированные переходы jetes piques, в сочетании с танцевальными элементами );</p> <p>- <b>Ronddejambe par terre</b> (с соскоком на п/п опорной стопы, demi-rondenlair, с разворотом опорной стопы на п/п);</p> <p>- <b>Каблучное упражнение</b> (с перескоками у щиколотки, на 90 с работой корпуса);</p> <p>- <b>Bat.fondus</b> (на 90, с подниманием на п/п, с наклоном корпуса и движением рук, в сочетании с танцевальными элементами,);</p> <p>- <b>Flic-flac</b> (с разворотом у щиколотки, doubleflic, «веер»);</p> <p>- <b>Подготовка к веревочке</b> (с прыжком на опорной ноге, в сочетании с танцевальными</p> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>tombe, с переступаниями, с поворотом);</p> <p>- <b>Подготовка к веревочке</b> (с ударом работающей ноги в исходную позицию, с подъемом на п/п);</p> <p>- <b>Дробное выстукивание</b> (ритмические сочетания притопов, соскоков и перескоков, из III позиции);</p> <p>- <b>Pastortille</b> (двойные, в координации с движениями рук);</p> <p>- <b>Bat. Developpes</b> (с ударом каблуком опорной ноги, в demiplie, на п/п, в сторону и назад);</p> <p>- <b>Grandbat. Jetes</b> (с tombe, с одним и двумя ударами стопой и п/п опорной ноги, вперед. В сторону, назад);</p> <p>- <b>«Штопор»</b>;</p> <p>- <b>Подготовка к присядкам</b> (с открыванием ноги на каблук по VI позиции вперед и по I позиции в сторону)</p> <p>– <b>новые виды движений экзерсиса на середине класса:</b></p> <p>- <b>Portdebras</b>;</p> <p>- <b>Техника исполнения поворотов и полуповоротов и движений исполняемых</b></p> | <p>элементами);</p> <p>- <b>Flic-flac</b> (с подскоком на опорной ноге, с tombe, с переступаниями, с поворотом);</p> <p>- <b>Подготовка к веревочке</b> (с ударом работающей ноги в исходную позицию, с подъемом на п/п);</p> <p>- <b>Дробное выстукивание</b> (ритмические сочетания притопов, соскоков и перескоков, из III позиции);</p> <p>- <b>Pastortille</b> (двойные, в координации с движениями рук);</p> <p>- <b>Bat. developpes</b> (с ударом каблуком опорной ноги, в demiplie, на п/п, в сторону и назад);</p> <p>- <b>Grandbat. Jetes</b> (с tombe, с одним и двумя ударами стопой и п/п опорной ноги, вперед, в сторону, назад);</p> <p>- <b>«Штопор»</b>;</p> <p>- <b>Присядки, разножки</b> (в выворотном и невыворотном положении);</p> <p>– <b>новые виды движений экзерсиса на середине класса:</b></p> <p>- <b>Portdebras</b>;</p> <p>- <b>Tours</b>;</p> <p>- <b>Техники дробных выстукиваний</b> (с поднятым коленом, синкопированные, по VI и III позициям, в повороте, «трилистник»);</p> <p>- <b>Техники вращений</b></p> | <p>элементами);</p> <p>- <b>Дробное выстукивание</b> (всевозможные ритмические сочетания ударов каблуком и п/п, с носком каблука работающей ноги, с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону, назад);</p> <p>- <b>Bat. Developpes</b> (в сочетании с растяжками и перегибами корпуса, в сочетании с танцевальными элементами);</p> <p>- <b>Grand bat. Jetes</b> (с grands rond);</p> <p>– <b>движения экзерсиса на середине класса:</b></p> <p>- <b>Portdebras</b>;</p> <p>- <b>«Моталочки», «ковырялочки»</b> (с поворотами, с продвижением, с прыжками);</p> <p>- <b>«Веревочки» и «кабриоли»</b> (простые на п/п, с поворотом soutenu на 360, с продвижением, с прыжками);</p> <p>- <b>Техники дробных выстукиваний</b> (с продвижением, с поворотами, с подскоками, в различных ритмических сочетаниях, с flic и с хлопками, с разворотами корпуса);</p> <p>- <b>Техники вращений</b> («кабриоли», soutenu, с demiplie на опорной ноге, другая на surlecou-de-pied);</p> <p>– <b>Название изученных движений и рисунков танца;</b></p> <p>- <b>Приемы исполнения основных движений венгерских, польских, испанских, цыганских танцев</b></p> |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                           | <p><b>entournent:</b><br/>«моталочка»,<br/>«ковырялочка»,<br/>«веревочка»<br/>(простая, двойная,<br/>с переступаниями,<br/>с «ковырялочкой»,<br/>с ударами в<br/>позиции, в<br/>повороте на п/п и<br/>demiplier, с<br/>перескоками);<br/>- <b>Техники дробных<br/>выстукиваний</b> (с<br/>поднятым коленом,<br/>синкопированные,<br/>по VI и III<br/>позициям, в<br/>повороте,<br/>«трилистник»);<br/>- <b>Техники<br/>вращений</b> (по<br/>диагонали:<br/>«бегунок»,<br/>«блинчики»,<br/>tourpique на каблук;<br/>на месте:<br/>«обертасы»);<br/>– <b>Название<br/>изученных<br/>движений и<br/>рисунков танца;</b><br/>- <b>Приемы<br/>исполнения<br/>движений<br/>гуцульского,<br/>итальянского<br/>танцев,<br/>национальных<br/>движений народов<br/>Средней Азии и<br/>народов Поволжья</b></p> | <p>(по кругу: «бегунок»,<br/>«блинчики», tourpique<br/>на каблук);<br/>– <b>Название<br/>изученных движений<br/>и рисунков танца;</b><br/>– <b>Название<br/>изученных движений<br/>и рисунков танца;</b><br/>- <b>Приемы исполнения<br/>более сложного по<br/>технике исполнения<br/>национального<br/>материала русских,<br/>украинских,<br/>молдавских танцев,<br/>танцев народов<br/>Кавказа</b></p> |                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 1.2 Владение<br>специальной терминологией | <p><u>Обучающийся должен<br/>владеть следующей<br/>терминологией:</u><br/>en l air, pas tombe,<br/>pas coupe,<br/>battements<br/>developpes,<br/>balancoir,<br/>названия движений<br/>на языке<br/>изучаемых</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p><u>Обучающийся должен<br/>владеть следующей<br/>терминологией:</u><br/>ecarte, balancoir,<br/>attitude, doubles,<br/>battements fondus,<br/>ballote, tours chaines,<br/>grandrond, pasdebasoue<br/>названия движений на<br/>языке изучаемых<br/>национальностей:</p>                                                                                                                                 | <p><u>Обучающийся должен<br/>владеть следующей<br/>терминологией:</u><br/>fouette, ballonne,<br/>entoumant,<br/>названия движений на<br/>языке изучаемых<br/>национальностей:<br/>венгерского танца<br/>польского танца<br/>испанского танца</p> |

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                         | <p>национальностей:<br/>узбекского танца<br/>башкирского танца<br/>татарского танца</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>украинского танца<br/>молдавского танца<br/>грузинского танца</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>цыганского танца</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p>1.3 Практические умения и навыки</p> | <p><u>Обучающийся должен уметь выполнять:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять правильное положение корпуса и выворотность обеих ног при исполнении движений на 45 и на 90;</li> <li>- следить за точными направлениями работающей ноги;</li> <li>- выполнять новые и ранее изученные движения в более быстром темпе, используя разнообразные ритмические рисунки;</li> <li>- исполнять полуповороты и повороты в комбинациях;</li> <li>- правильно исполнять позы на 45 и 90 в соответствии с национальной окраской;</li> <li>- выполнять движения с музыкальными акцентами (flic-flac, каблучные и др.);</li> <li>- точно исполнять переходы от одного движения к другому;</li> <li>- уметь координировать движения в комбинациях;</li> <li>- эмоционально и выразительно преподносить изученный</li> </ul> | <p><u>Обучающийся должен уметь выполнять:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять выворотность обеих ног и правильное положение корпуса при исполнении движений на п/п;</li> <li>- точно координировать руки, ноги, корпус и повороты головы при исполнении tours, поворотов и различных видов вращений (по диагонали, по кругу, на месте);</li> <li>- правильно перестраивать корпус при исполнении движений на 90 (каблучные упражнения, каблучные с demi-rond, bat.fondus, demi-rond и grandronddegambeende hors и endedans);</li> <li>- исполнять движения в более сложных ритмических сочетаниях;</li> <li>- правильно исполнять переходы из позы в позу в соответствии с национальностью;</li> <li>- исполнять вращения в паре;</li> <li>- исполнять движения и комбинации выразительно, эмоционально и технически точно;</li> <li>- уметь активно работать корпусом при исполнении</li> </ul> | <p><u>Обучающийся должен уметь выполнять:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранять устойчивое положение корпуса в комбинациях на п/п (bat.fondus, адажио, веревочка);</li> <li>- координировать работу ног и корпуса при исполнении движений с прыжком;</li> <li>- исполнять усложненные перегибы корпуса;</li> <li>- исполнять комбинации более сложные по технике, музыкальному темпу и координации, выразительно, эмоционально, точно передавать характер, манеру и стиль каждой национальности;</li> <li>- добиваться академизма в исполнении, сценичности, неся художественную окраску движениям и комбинациям;</li> <li>- исполнение комбинаций у станка и на середине зала в разных национальностях (количество комбинаций сокращается за счет соединения нескольких движений экзерсиса в одну комбинацию);</li> <li>- большая часть урока направлена на исполнение танцевальных комбинаций, развернутых этюдов и танцевальных композиций на основе лексики пройденных</li> </ul> |

|                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                      | <p>материал;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- точно исполнять более сложные рисунки и перестроения в комбинациях и этюдах;</li> <li>- усложненные комбинации экзерсиса у станка и на середине класса;</li> <li>- танцевальные комбинации и этюды на основе лексики изученных национальностей</li> </ul> | <p>движений не только в медленном, но и в быстром темпе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- исполнение комбинаций экзерсиса у станка и на середине зала, насыщенных движениями национальностей, новыми видами основных движений народного танца, ритмически разнообразных и техничных (за счет использования более сложной национальной лексики);</li> <li>- развернутые комбинации и этюды на основе лексики изученных национальностей</li> </ul> | <p>национальностей</p>                                                                                                                                                                                          |
| <p>2. Общеучебные умения и навыки и обобщенные способы деятельности (ключевые компетенции)</p> <p>2.1 Осуществление действий по реализации плана</p> | <p><u>Учащийся должен уметь:</u></p> <p>работать по плану, сверяя свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки вместе с преподавателем.</p>                                                                                                                                                        | <p><u>Учащийся должен уметь и выполнять:</u></p> <p>работать на уроках и дома по составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства обучения (справочная литература, компьютер, интернет-ресурсы и т.д.)</p>                                                                                                                                                                                                                     | <p><u>Учащийся должен уметь и выполнять:</u></p> <p>работу на занятиях и дома по плану, сверять свою деятельность с целью и, при необходимости (если результат не достигнут) поправлять себя самостоятельно</p> |
| <p>2.1.2 Навыки соблюдения техники безопасности в процессе деятельности</p>                                                                          | <p><u>Учащийся должен знать:</u></p> <p>правила оказания медицинской помощи (в том числе уметь пользоваться эластичным бинтом при травме, знать специальные релаксирующие движения и упражнения для восстановления</p>                                                                                              | <p><u>Учащийся должен знать:</u></p> <p>правила техники безопасности в обращении со сценическими костюмами и декорациями, поведения на сцене и за сценой, в том числе правила противопожарной безопасности.</p>                                                                                                                                                                                                                                              | <p><u>Учащийся должен знать и соблюдать:</u></p> <p>Санитарно-гигиенические нормы, правила поведения и технику безопасности, уметь оказать себе необходимую помощь (при растяжении, усталости мышц)</p>         |

|                                                                                               |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                               | дыхания и т.д.)                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                          |
| 2.2 Умение ориентироваться в системе знаний (умений) и осознавать необходимость нового знания | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>извлекать необходимую информацию для решения простейших заданий без помощи педагога.                                       | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>самостоятельно решать какими знаниями (умениями) нужно пользоваться для решения сложной учебной задачи, состоящей из нескольких этапов | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>Ориентироваться в своей системе знаний (умений), определять какие знания нужны для решения учебных, межпредметных задач и определять сферу приоритетных областей знания |
| 2.3 Донести свою позицию до других, владея приемами монологической и диалогической речи       | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>слушать другую точку зрения (быть готовым изменить свою), уважительно относиться к позициям других, пытаться договориться. | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>отстаивать свою точку зрения, укрепляя ее аргументами или критично относиться к своему мнению                                          | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>Оценивать ситуацию с различных позиций, доносить свою позицию до других, владея приемами монологической и диалогической речи.                                           |
| 2.4 Самоопределяться в системе ценностей.                                                     | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>объяснять свое отношение (свои оценки) отдельных поступков и явлений                                                       | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>сравнивать свои оценки с оценками других, отличая их. Понимать последствия своих поступков и выборов                                   | <u>Учащийся должен уметь:</u><br>делать свой выбор в общей системе ценностей, определять свое место                                                                                                      |

#### 1.10 Психолого-педагогический мониторинг образовательного процесса.

| № п/п | Оцениваемые параметры                                                                       | Критерии оценивания                                                                 | Система оценивания (степень выраженности) оцениваемого параметра                                                                                                               | Способ фиксации диагностического результата |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 1     | Освоение содержания программы (совокупность трех составляющих:<br>1.1 теоретические знания; | Соответствие полученных знаний, умений и навыков программным требованиям (ожидаемым | <u>1 уровень</u> (недопустимо низкий уровень обученности) – учащийся владеет менее 50 % программного материала<br><u>2 уровень</u> (допустимый уровень обученности) – учащийся | 1-2 балла<br><br>3 балла                    |

|       |                                                                                                       |                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                       |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
|       | 1.2 владение специальной терминологией<br>1.3 практические умения и навыки)                           | результатам)                                                                                                                  | испытывает затруднения в выполнении программных требований (владеет 50-60 % содержания программы)<br><u>3 уровень</u> (достаточный уровень обученности) – учащийся владеет большей частью программных требований (освоил 60-80 % содержания программы)<br><u>4 уровень</u> (оптимальный уровень обученности) – учащийся полностью владеет программными требованиями (освоил 80-100 % содержания программы)                            | 4 бал.<br><br>5 бал.                  |
| 2     | Общеучебные умения и навыки и обобщенные способы деятельности (ключевые компетентности)               | Соответствие уровня сформированности общеучебных умений и навыков и обобщенных способов деятельности программным требованиям. | <u>1 уровень</u> (минимальный) – учащийся испытывает серьезные затруднения при выполнении действия, умеет его совершить лишь вместе с педагогом (или с его помощью)<br><u>2 уровень</u> (средний) – ребенок умеет действовать самостоятельно лишь подражая (копируя) действия педагога или одноклассников<br><u>3 уровень</u> (максимальный) – учащийся самостоятельно (или в большей степени самостоятельно) владеет действием       | 1 бал.<br><br>5 бал.<br><br>10 баллов |
| 2.1.2 | Навыки соблюдения техники безопасности и жизнэсбережения (здоровьэсбережения) в процессе деятельности | Соответствие соблюдения навыков и правил безопасности (здоровьэсбережения) программным требованиям.                           | <u>1 уровень</u> (минимальный) – учащийся владеет правилами техники безопасности (здоровьэсбережения) и навыками их соблюдения в минимальном объеме<br><u>2 уровень</u> (средний) – учащийся владеет правилами техники безопасности (здоровьэсбережения) и навыками соблюдения их в объеме более 50 % предъявляемых требований<br><u>3 уровень</u> (максимальный) – учащийся освоил правила техники безопасности (здоровьэсбережения) | 1 бал.<br><br>5 бал.<br><br>10 баллов |

|     |                                                          |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                         |
|-----|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|     |                                                          |                                                                                                                                                                                                                       | и овладел навыками соблюдения их в полном объеме, предусмотренном программой                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                         |
| 3   | Творческая деятельность                                  | Уровень творчества (креативности) в выполнении заданий. поставленных задач (хореографических упражнений, этюдов, композиций и т.д.)                                                                                   | <u>1 уровень</u> (элементарный, начальный уровень творческого развития) – учащийся в состоянии выполнить лишь простейшие задания педагога на практике<br><u>2 уровень</u> (репродуктивный) – учащийся выполняет задания на основе образца, по аналогии<br><u>3 уровень</u> (творческий, креативный) – учащийся приносит в выполнение собственное, творческое отношение, раскрывает свой творческий потенциал | 1 балл<br><br>5 балл<br><br>10 баллов                                   |
| 3.1 | Творческая активность                                    | Активность участия в подготовке и проведении общественных мероприятий, связанных с концертно-сценической деятельностью                                                                                                | <u>1 уровень</u> – учащийся участвует в мероприятиях, проявляя инициативу, творческий подход<br><u>2 уровень</u> (репродуктивный) – учащийся не участвует в мероприятиях (или участвует, не проявляя особого желания)                                                                                                                                                                                        | 10 баллов<br><br>1 балл                                                 |
| 3.2 | Творческие достижения                                    | Результативность участия в учрежденных, городских, региональных. Всероссийских, Международных мероприятиях соревновательного характера                                                                                | <u>1 уровень</u> – Не участвовал<br><u>2 уровень</u> – Участвовал, но не отмечен наградами или готовился, но не участвовал<br><u>3 уровень</u> – Результативное участие, имеет награды (победитель, лауреат, дипломант, обладатель грамоты, свидетельства, сертификата и т.д.)                                                                                                                               | 0 балл<br>5 балл<br><br>10 баллов<br>(за каждое результативное участие) |
| 4   | Личностный рост:<br>Терпение<br><br>Внимание<br><br>Воля | Способность выдерживать определенные нагрузки в течение заданного времени, преодолевать трудности<br>Способность полностью сконцентрироваться на выполняемом задании (задаче)<br>Способность активно побуждать себя к | <u>1 уровень</u> – терпения хватает менее, чем на 1/2 продолжительности урока (мероприятия),<br><u>2 уровень</u> – терпения хватает более, чем на 1/2 продолжительности урока (мероприятия)<br><u>3 уровень</u> – терпения хватает на весь урок (мероприятие)<br><br>Уровни по аналогии с предыдущ.                                                                                                          | –<br>.<br>+                                                             |

|  |                                                                                         |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|  | Самоконтроль                                                                            | практическим действиям                                         | <u>1 уровень</u> – волевые усилия побуждаются извне<br><u>2 уровень</u> – волевые усилия учащийся побуждает иногда сам<br><u>3 уровень</u> – волевые усилия всегда побуждаются учащимся самостоятельно                                                                                                  | . |
|  | Самооценка                                                                              | Умение контролировать свои действия (поступки)                 | <u>1 уровень</u> – волевые усилия всегда побуждаются учащимся самостоятельно<br><u>1 уровень</u> – учащийся постоянно действует под контролем извне<br><u>2 уровень</u> – учащийся периодически контролирует себя сам<br><u>3 уровень</u> – учащийся постоянно контролирует себя сам                    | + |
|  | Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов в процессе взаимодействия)    | Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации | Завышенная самооценка<br>Заниженная самооценка<br>Адекватная (нормальная) самооценка                                                                                                                                                                                                                    | — |
|  | Отношение учащегося к общим делам в группе, Театре танца «Плясицы» (тип сотрудничества) | Умение сочетать общественные и личные интересы                 | Учащийся периодически провоцирует конфликт сам<br>Учащийся в конфликтах не участвует<br>Учащийся пытается самостоятельно уладить возникающий конфликт<br>Учащийся избегает участия в общих делах<br>Учащийся принимает участие в общих делах при побуждении извне<br>Учащийся инициативен в общих делах | . |
|  |                                                                                         |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | + |

#### 1.11 Диагностика интересов

| Оцениваемые параметры                                                                                     | Периодичность измерений, (периодичность фиксации результатов) | Диагностические методики (процедуры)                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| Уровень мотивации учащихся 1 года обучения для определения готовности к школе и оценки школьной адаптации | 1 раз (в первой четверти)                                     | Методика исследования мотивов посещения занятий в коллективе (Л.В. Байбородова) |

|                                                                      |                                       |                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Диагностика одаренности (направленности интересов) в младших классах | 1 раз (в сотрудничестве с психологом) | Методика исследования одаренности «Диагностика одаренности» А.И. Санкова |
| Диагностика любимых и нелюбимых предметов                            | 1 раз (в сотрудничестве с психологом) | Анкетирование, опрос                                                     |
| Диагностика эмоционального отношения к учению (в выпускном классе)   | 1 раз (в выпускном классе)            | Модификация справочника Ч.Д. Спилберга адаптирована Н А Андреевой        |

## 2. Учебно-тематический план и содержание программы по годам обучения

### 3 год обучения (5 класс)

На четвертом году обучения народно-сценическому танцу изучаются более сложные элементы, требующие координации и силовой нагрузки. В танцевальные комбинации добавляются полуповороты, наклоны и перегибы корпуса, положения ераulement. Активнее работают руки, т.к. изучается лексика узбекского, башкирского и молдавского народных танцев. Усложняется построение танцевальных комбинаций на середине зала.

| №          | Основные разделы, подразделы и темы программы              | Количество часов |              |              |
|------------|------------------------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|
|            |                                                            | всего            | теория       | практика     |
| <b>1</b>   | <b><u>Exersis y станка</u></b>                             | <b>66 ч.</b>     | <b>19 ч.</b> | <b>47 ч.</b> |
| <b>1.1</b> | <b>Plie (в характере узбекского танца)</b>                 | 5 ч.             | 1.5 ч.       | 3.5 ч.       |
| 1.1.1      | а) плавные и резкие по всем позициям                       |                  |              |              |
| 1.1.2      | б) в координации с portdebrass                             |                  |              |              |
| <b>1.2</b> | <b>Bat.tendus ( в характере русского народного танца)</b>  | 4 ч.             | 1 ч.         | 3 ч.         |
| 1.2.1      | а) с поворотом в закрытое положение                        |                  |              |              |
| 1.2.2      | б) с demiplier                                             |                  |              |              |
| 1.2.3      | в) с полуповоротом                                         |                  |              |              |
| <b>1.3</b> | <b>Bat.tendusjetes( в характере итальянского танца)</b>    | 6 ч.             | 2 ч.         | 4 ч.         |
| 1.3.1      | а) jetes pigues                                            |                  |              |              |
| 1.3.2      | б) jetes balansoirs                                        |                  |              |              |
| 1.3.3      | в) с наклоном корпуса в координации с движением руки       |                  |              |              |
| <b>1.4</b> | <b>Ronddejambeparterre( в характере молдавского танца)</b> | 6 ч.             | 2 ч.         | 4 ч.         |
| 1.4.1      | а) с разворотом опорной стопы                              |                  |              |              |
| 1.4.2      | б) с перегибами и растяжками                               |                  |              |              |
| 1.4.3      | в) endedans                                                |                  |              |              |
| <b>1.5</b> | <b>Каблучное ( в характере русского танца)</b>             | 6 ч.             | 2 ч.         | 4 ч.         |
| 1.5.1      | а) с полуповоротом                                         |                  |              |              |
| 1.5.2      | б) на 90°                                                  |                  |              |              |

|             |                                                                                        |              |             |              |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------|--------------|
| 1.5.3       | в) с комбинированием с другими движениями «ковырялочка», соскоки и т.д.)               |              |             |              |
| <b>1.6</b>  | <b>Bat.fondus</b> ( в характере башкирского народного танца)                           | 4 ч.         | 1 ч.        | 3 ч.         |
| 1.6.1       | а) с подниманием на п/п                                                                |              |             |              |
| 1.6.2       | б) с наклоном корпуса и движением рук                                                  |              |             |              |
| <b>1.7</b>  | <b>Flic-flac</b> ( в русском характере)                                                | 5 ч.         | 1,5 ч.      | 3,5 ч.       |
| 1.7.1       | а) с подскоком на опорной ноге                                                         |              |             |              |
| 1.7.2       | б) с tombe                                                                             |              |             |              |
| 1.7.3       | в) с переступаниями                                                                    |              |             |              |
| 1.7.4       | г) с поворотом                                                                         |              |             |              |
| <b>1.8</b>  | <b>Подготовка к «веревочке»</b> ( в характере молдавского танца)                       | 6 ч.         | 2 ч.        | 4 ч.         |
| 1.8.1       | а) с ударом работающей ноги в исходную позицию                                         |              |             |              |
| 1.8.2       | б) с подъемом на п/п                                                                   |              |             |              |
| <b>1.9</b>  | <b>Дробь</b> ( в русском характере)                                                    | 4 ч.         | 1 ч.        | 3 ч.         |
| 1.9.1       | а) ритмические сочетания притопов, соскоков, перескоков                                |              |             |              |
| 1.9.2       | б) из III позиции                                                                      |              |             |              |
| <b>1.10</b> | <b>Pastortille</b> ( в характере башкирского танца)                                    | 4 ч.         | 1 ч.        | 3 ч.         |
| 1.10.1      | а) двойные                                                                             |              |             |              |
| 1.10.2      | б) в координации с движением рук                                                       |              |             |              |
| <b>1.11</b> | <b>Bat.developpes</b> ( в русском характере)                                           | 5 ч.         | 1,5 ч.      | 3,5 ч.       |
| 1.11.1      | а) с ударом каблук опорной ноги, в demiplie                                            |              |             |              |
| 1.11.2      | б) на п/п вперед, в сторону и назад                                                    |              |             |              |
| <b>1.12</b> | <b>Grandbattements</b>                                                                 | 5 ч.         | 1,5 ч.      | 3,5 ч.       |
| 1.12.1      | а) с tomble и одним, двумя ударами стопой и п/п опорной ноги. Вперед, в сторону, назад |              |             |              |
| <b>1.13</b> | <b>«Штопор»</b>                                                                        | 3 ч.         | 0,5 ч.      | 2,5 ч.       |
| <b>1.14</b> | <b>Подготовка к присядкам</b> ( для мальчиков)                                         | 3 ч.         | 0,5 ч.      | 2.5 ч.       |
|             | а) с открыванием ноги на каблук по VI позиции вперед, по I позиции в сторону           |              |             |              |
| <b>2</b>    | <b><u>Exersise на середине зала</u></b>                                                | <b>22 ч.</b> | <b>6 ч.</b> | <b>16 ч.</b> |
| <b>2.1</b>  | <b>Portdebrass</b> ( в узбекском характере)                                            | 5,5 ч.       | 1.5 ч.      | 4 ч.         |
| 2.1.1       | а) положения рук                                                                       |              |             |              |
| 2.1.2       | б) сгибания и разгибания рук в запястьях                                               |              |             |              |
| 2.1.3       | в) щелчки, хлопки                                                                      |              |             |              |
| 2.1.4       | г) плавные и резкие движения рук, взмахи                                               |              |             |              |
| 2.1.5       | д) движение плеч вперед, назад, вверх, вниз                                            |              |             |              |
| 2.1.6       | е) движение головы                                                                     |              |             |              |
| 2.1.7       | ж) ходы, вращения, опускание на колено                                                 |              |             |              |
| <b>2.2</b>  | <b>«Моталочка», «ковырялочка»</b>                                                      | 5.5 ч.       | 1.5 ч.      | 4 ч.         |
| 2.2.1       | а) «маятник»                                                                           |              |             |              |
| 2.2.2       | б) в повороте                                                                          |              |             |              |
| 2.2.3       | в) «качалочка»                                                                         |              |             |              |
| <b>2.3</b>  | <b>«Веревочка»</b>                                                                     | 5.5 ч.       | 1.5 ч.      | 4 ч.         |
| 2.3.1       | а) простая и двойная с переступаниями                                                  |              |             |              |
| 2.3.2       | б) с «ковырялочкой»                                                                    |              |             |              |
| 2.3.3       | в) с ударами в позиции                                                                 |              |             |              |
| 2.3.4       | г) с перескоками                                                                       |              |             |              |
| <b>2.4</b>  | <b>Дроби</b>                                                                           | 5.5 ч.       | 1.5 ч.      | 4 ч.         |

|            |                                                                                     |               |              |              |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|
| 2.4.1      | а) с поднятым коленом                                                               |               |              |              |
| 2.4.2      | б) синкопированные                                                                  |               |              |              |
| 2.4.3      | в) по VI, III позициям                                                              |               |              |              |
| 2.4.4      | г) в повороте                                                                       |               |              |              |
| 2.4.5      | д) в башкирском характере ( «трилистник» с переступаниями)                          |               |              |              |
| <b>3.</b>  | <b><u>Вращения</u></b>                                                              | <b>12 ч.</b>  | <b>3 ч.</b>  | <b>9 ч.</b>  |
| <b>3.1</b> | 1. на каблуках ( на одной ноге, другая на couderpied ( на двух ногах по VI позиции) | 4 ч.          | 1 ч.         | 3 ч.         |
| <b>3.2</b> | 2. в узбекском характере с выносом ноги на каблук в координации с руками            | 4 ч.          | 1 ч.         | 3 ч.         |
| <b>3.3</b> | 3. в башкирском характере с дробной дорожкой в сочетании с движениями рук           | 4 ч.          | 1 ч.         | 3 ч.         |
| <b>4</b>   | <b><u>Этюды</u></b>                                                                 | <b>32 ч.</b>  | <b>10 ч.</b> | <b>22 ч.</b> |
| <b>4.1</b> | 1. Изучение лексики башкирского народного танца                                     | 10 ч.         | 3 ч.         | 7 ч.         |
| <b>4.2</b> | 2. Изучение лексики молдавского народного танца                                     | 10 ч.         | 3 ч.         | 7 ч.         |
| <b>4.3</b> | 3. Этюдная работа                                                                   | 12 ч.         | 4 ч.         | 8 ч.         |
| <b>5</b>   | <b><u>Контроль и оценка</u></b>                                                     | 4 ч.          | 1 ч.         | 3 ч.         |
|            | <b>Итого:</b>                                                                       | <b>136 ч.</b> | <b>39 ч.</b> | <b>97 ч.</b> |

**Содержание 3-го года обучения  
(5 класс)**

*Раздел №1: «Exersis у станка»*

**Подраздел № 1.1 : Plie (в характере узбекского танца)**

*Тема № 1.1.1: «Plie плавные и резкие по всем позициям»*

**Теория:** знакомство методикой исполнения плавных и резких plie.

**Практика:** исполнения упражнения по всем позициям.

*Тема № 1.1.2: «Plie в координации с portdebrass»*

**Теория:** изучение движения рук, кистей, плеч и головы в характере узбекского народного танца. Методические рекомендации по сочетанию plie с portdebrass. Особенности национальной выразительности движений узбекского танца.

**Практика:** исполнение упражнения plie в координации с portdebrass.

**Подраздел № 1.2: Bat.tendus ( в характере русского народного танца)**

*Тема № 1.2.1: «Bat.tendus с поворотом в закрытое положение»*

**Теория:** изучение вида bat.tendus с поворотом в закрытое положение. Особенности работы стопы.

**Практика:** исполнение bat.tendus с поворотом в закрытое положение.

*Тема № 1.2.2: «Bat.tendus с demi plie»*

**Теория:** изучение вида bat.tendus с demi plie. Методические рекомендации по сочетанию этих упражнений.

**Практика:** исполнение bat.tendus с demi plie.

*Тема № 1.2.3: «Bat.tendus с полуповоротом»*

**Теория:** изучение вида bat.tendus с полуповоротом. Методические рекомендации по сочетанию этих упражнений.

**Практика:** исполнение bat.tendus с полуповоротом.

**Подраздел № 1.3: Bat.tendusjetes ( в характере итальянского танца)**

*Тема № 1.3.1: «Bat.tendu jetes с jetes pigues»*

**Теория:** знакомство учащихся с танцевальной культурой итальянского народа, слушание национальной музыки, просмотр DVD. Изучение термина jetespigues. Изучение bat.tendujetes в характере итальянского танца. Знакомство с основными особенностями и манерой исполнения итальянского народного танца. Методические рекомендации по сочетанию упражнений bat.tendujetes с jetespigues.

**Практика:** исполнение bat.tendujetes с jetespigues.

*Тема № 1.3.2: «Bat.tendu jetes с jetes balansoirs»*

**Теория:** знакомство учащихся с термином с jetesbalansoirs. Изучение bat.tendujetes в характере итальянского танца. Знакомство с основными особенностями и манерой исполнения итальянского народного танца. Методические рекомендации по сочетанию упражнений bat.tendujetes с с jetesbalansoirs.

**Практика:** исполнение bat.tendujetes с с jetesbalansoirs.

*Тема № 1.3.3: «Bat.tendujetes с наклоном корпуса в координации с движением рук»*

**Теория:** изучение позиций и положений рук, корпуса и головы в итальянском народном танце. Методические рекомендации по координации движений рук с наклонами и поворотами корпуса.

**Практика:** исполнение bat.tendujetes с наклоном корпуса в координации с движением рук.

***Подраздел № 1.4: Ronddejambeparterre ( в характере молдавского танца)***

*Тема № 1.4.1: «Ronddejambeparterre с разворотом опорной стопы»*

**Теория:** знакомство учащихся с танцевальной культурой молдавского народа, слушание национальной музыки, просмотр DVD. Изучение вида ronddejambeparterre с разворотом опорной стопы. Методические пояснения по работе опорной стопы и бедра.

**Практика:** исполнение ronddejambeparterre с разворотом опорной стопы.

*Тема № 1.4.2: «Ronddejambeparterre с перегибами и растяжками»*

**Теория:** изучение вида ronddejambeparterre с перегибами и растяжками. Методические рекомендации по сочетанию этих движений. Особенности национальной окраски движений корпуса и рук.

**Практика:** исполнение выученной комбинации.

*Тема № 1.4.3: «Ronddejambeparterre endedans»*

**Теория:** продолжение изучения направлений движения endedans, endehors при освоении упражнения ronddejambeparterre.

**Практика:** исполнение rond de jambe par terre en dedans

***Подраздел № 1.5: Каблучное упражнение ( в характере русского танца)***

*Тема № 1.5.1: «Каблучное упражнение с полуповоротом»*

**Теория:** изучение методики исполнения полуповоротов в каблучном упражнении в характере русского танца.

**Практика:** исполнение каблучного упражнения с полуповоротом

*Тема № 1.5.2: «Каблучное упражнение на 90°»*

**Теория:** изучение методики исполнения каблучного упражнения на 90°. Особенности выведения работающей ноги, положения корпуса.

**Практика:** исполнение каблучного упражнения на 90°.

*Тема № 1.5.3: «Каблучное упражнение с комбинированием с другими движениями «ковырялочка», соскоки и т.д.)»*

**Теория:** развитие умений учащихся комбинировать выученные упражнения (каблучное упражнение с «ковырялочкой», соскоками)

**Практика:** исполнение выученной комбинации в характере русского народного танца.

### ***Подраздел № 1.6: Bat.fondus ( в характере башкирского народного танца)***

*Тема № 1.6.1: «Bat.fondus с подниманием на п/п»*

**Теория:** изучение вида bat.fondus с подниманием на п/п. Методические рекомендации по сочетанию с национальными танцевальными движениями.

**Практика:** исполнение bat.fondus с подниманием на п/п.

*Тема № 1.6.2: «Bat.fondus с наклоном корпуса и движением рук»*

**Теория:** изучение вида bat.fondus с наклоном корпуса и движением рук. Методические рекомендации по сочетанию с национальными танцевальными движениями.

**Практика:** исполнение bat.fondus с наклоном корпуса и движением рук.

### ***Подраздел № 1.7: Flic-flac ( в русском характере)***

*Тема № 1.7.1: «Flic-flac с подскоком на опорной ноге»*

**Теория:** изучение вида flic-flac с подскоком на опорной ноге. Методические пояснения по работе опорной и работающей ноги. Рекомендации по соблюдению центра тяжести.

**Практика:** исполнение flic-flac с подскоком на опорной ноге.

*Тема № 1.7.2: «Flic-flac с tombe»*

**Теория:** знакомство с термином «tombe», изучение вида flic-flac с tombe. Методические пояснения по работе опорной и работающей ноги. Рекомендации по переносу центра тяжести с опорной ноги на работающую, объяснение особенностей работы корпуса.

**Практика:** исполнение flic-flac с tombe.

*Тема № 1.7.3: «Flic-flac с переступаниями»*

**Теория:** сочетание выученного упражнения flic-flac с переступаниями.

**Практика:** исполнение flic-flac с переступаниями.

*Тема № 1.7.4: «Flic-flac с поворотом»*

**Теория:** сочетание выученного упражнения flic-flac с поворотом.

**Практика:** исполнение flic-flac с поворотом.

### ***Подраздел № 1.8 : Подготовка к «веревочке» ( в характере молдавского танца)***

*Тема № 1.8.1: «Подготовка к «веревочке»с ударом работающей ноги в исходную позицию»*

**Теория:** дальнейшее изучение упражнения подготовка к «веревочке». Методические рекомендации по исполнению вида с ударом работающей ноги в исходную позицию.

**Практика:** исполнение выученного упражнения.

*Тема № 1.8.2: «Подготовка к «веревочке» с подъемом на п/п»*

**Теория:** дальнейшее изучение упражнения подготовка к «веревочке». Методические рекомендации по исполнению вида с подъемом на п/п.

**Практика:** исполнение движения «веревочка» с подъемом на п/п

### ***Подраздел № 1.9: Дробь ( в русском характере)***

*Тема № 1.9.1: «Дробь: ритмические сочетания притопов, соскоков, перескоков»*

**Теория:** дальнейшее изучение дробных выстукиваний в характере русского народного танца. Методические рекомендации сочетания притопов, соскоков, перескоков.

**Практика:** исполнение выученных комбинаций.

*Тема № 1.9.2: «Дробь из III позиции»*

**Теория:** изучение дробных выстукиваний из III позиции. Особенности правильного исполнения.

**Практика:** исполнение дробных выстукиваний из III позиции.

### ***Подраздел № 1.10 : Pastortille ( в характере башкирского танца)***

*Тема № 1.10.1: «Pastortille двойные»*

**Теория:** дальнейшее изучение pastortille. Методические пояснения по исполнению вида двойных зигзагов (pastortille)

**Практика:** исполнение двойных pastortilla.

*Тема № 1.10.2: «Pastortille в координации с движением рук»*

**Теория:** дальнейшее изучение pastortille. Методические рекомендации по сочетанию с движением рук в характере башкирского народного танца.

**Практика:** исполнение pastortille в координации с движением рук.

### ***Подраздел № 1.11 : Bat.developpes ( в русском характере)***

*Тема № 1.11.1: «Bat.developpes с ударом каблука опорной ноги, в demiplie»*

**Теория:** знакомство с термином bat.developpes. Изучение вида bat.developpes с ударом каблука опорной ноги и в demiplie.

**Практика:** исполнение bat.developpes с ударом каблука опорной ноги, в demiplie.

*Тема № 1.11.2: «Bat.developpes на п/п вперед, в сторону и назад»*

**Теория:** дальнейшее изучение упражнения bat.developpes. Методические рекомендации по исполнению на п/п вперед, в сторону и назад.

**Практика:** исполнение bat.developpes на п/п вперед, в сторону и назад.

### ***Подраздел № 1.12 : Grandbattements***

*Тема № 1.12.1: «Grandbattements с tomble и одним, двумя ударами стопой и п/п опорной ноги. Вперед, в сторону, назад»*

**Теория:** изучение правил исполнения grandbattements с tomble. Особенности правильного исполнения с одним и двумя ударами стопой. Методические рекомендации по исполнению движения grandbattementsjetes на п/п вперед, в сторону, назад.

**Практика:** исполнение выученной комбинации grandbattementsjetes.

*Тема № 1.13: «Штопор»*

**Теория:** повторение правил исполнения движения «штопор».

**Практика:** исполнение упражнения «штопор» в более быстром темпе.

### ***Подраздел № 1.14 : Подготовка к присядкам ( для мальчиков)***

*Тема № 1.14.1: «Подготовка к присядкам с открыванием ноги на каблук по VI позиции вперед, по I позиции в сторону»*

**Теория:** дальнейшее изучение движения «присядки». Особенности исполнения вида присядок с открыванием ноги на каблук по VI позиции вперед, по I позиции в сторону.  
**Практика:** исполнение выученных движений (для мальчиков).

## Раздел №2: «Exersis на середине зала»

### **Подраздел № 2.1 : Portdebrass ( в узбекском характере)**

#### **Тема № 2.1.1: «Portdebrass: положения рук»**

**Теория:** знакомство учащихся с танцевальной культурой узбекского народа, слушание национальной музыки, просмотр DVD. Изучение portdebrass в характере узбекского танца. Знакомство с основными особенностями и манерой исполнения узбекского народного танца. Методические рекомендации по изучению основных положений рук.

**Практика:** исполнение основных положений рук.

#### **Тема № 2.1.2: «Portdebrass: сгибания и разгибания рук в запястьях»**

**Теория:** знакомство учащихся с танцевальной культурой узбекского народа, слушание национальной музыки, просмотр DVD. Изучение portdebrass в характере узбекского танца. Знакомство с основными особенностями и манерой исполнения узбекского народного танца. Методические рекомендации по исполнению движений - сгибание и разгибание рук в запястьях.

**Практика:** исполнение движения сгибание и разгибание рук в запястьях.

#### **Тема № 2.1.3: «Port de brass: щелчки, хлопки»**

**Теория:** дальнейшее изучение portdebrass в узбекском характере. Правила исполнения щелчков и хлопков.

**Практика:** исполнение щелчков и хлопков.

#### **Тема № 2.1.4: «Portdebrass: плавные и резкие движения рук, взмахи»**

**Теория:** дальнейшее изучение portdebrass в узбекском характере. Методические рекомендации по исполнению плавных и резких движений рук, изучение взмахов. Повторение изученного и закрепление правил исполнения portdebrass.

**Практика:** исполнение комбинации с плавными и резкими движениями рук, взмахами.

#### **Тема № 2.1.5: «Portdebrass: движение плеч вперед, назад, вверх, вниз»**

**Теория:** дальнейшее изучение portdebrass в узбекском характере. Методические рекомендации по исполнению движений плеч вперед, назад, вверх, вниз. Повторение изученного и закрепление правил исполнения portdebrass.

**Практика:** исполнение комбинации с движениями плеч вперед, назад, вверх, вниз.

#### **Тема № 2.1.6: «Portdebrass: движение головы»**

**Теория:** дальнейшее изучение portdebrass в узбекском характере. Методические рекомендации по исполнению движения головы. Повторение изученного и закрепление правил исполнения portdebrass.

**Практика:** исполнение комбинации portdebrass в сочетании с движением головы.

#### **Тема № 2.1.7: «Portdebrass: ходы, вращения, опускание на колено»**

**Теория:** повторение изученного и закрепление правил исполнения portdebrass. Сочетание движений рук с ходами, вращениями. Характерные особенности положения корпуса при опускании на колено.

**Практика:** исполнение комбинации portdebrass в сочетании с ходами, вращениями, опусканием на колено.

### ***Подраздел № 2.2 : «Моталочка», «ковырялочка»***

*Тема № 2.2.1: «Моталочка», «ковырялочка» «маятник»*

**Теория:** дальнейшее изучение движений «моталочка», «ковырялочка» «маятник». Методические рекомендации по их соединению в танцевальную комбинацию.

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации с движениями «моталочка», «ковырялочка» «маятник».

*Тема № 2.2.2: «Моталочка», «ковырялочка» в повороте*

**Теория:** изучение движений «моталочка», «ковырялочка» в повороте. Методика исполнения поворотов.

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» в повороте.

*Тема № 2.2.3: «Моталочка», «ковырялочка» «качалочка»*

**Теория:** сочетание движений «моталочка», «ковырялочка», «качалочка» в танцевальную комбинацию.

**Практика:** исполнение выученной танцевальной комбинации с движениями «моталочка», «ковырялочка», «качалочка».

### ***Подраздел № 2.3 : «Веревочка»***

*Тема № 2.3.1: «Веревочка» простая, двойная, с переступаниями»*

**Теория:** дальнейшее изучение движения «веревочка». Методические рекомендации по исполнению вида: простая, двойная, с переступаниями

**Практика:** исполнение движения «веревочка» простая, двойная, с переступаниями.

*Тема № 2.3.2: «Веревочка» с «ковырялочкой»*

**Теория:** методические рекомендации по сочетанию движений «веревочка» и «ковырялочкой».

**Практика:** исполнение комбинации «веревочка» с «ковырялочкой».

*Тема № 2.3.3: «Веревочка» с ударами в позиции»*

**Теория:** методические рекомендации по сочетанию движения «веревочка» с ударами в позиции.

**Практика:** исполнение комбинации «веревочка» с ударами в позиции.

*Тема № 2.3.4: «Веревочка» с перескоками»*

**Теория:** методические рекомендации по сочетанию движения «веревочка» с перескоками.

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации «веревочка» со всеми выученными видами.

### ***Подраздел № 2.4 : Дроби***

*Тема № 2.4.1: «Дроби с поднятым коленом»*

**Теория:** дальнейшее изучение дробных выстукиваний на середине зала. Особенности исполнения с поднятым коленом.

**Практика:** исполнение дроби с поднятым коленом.

*Тема № 2.4.2: «Дроби синкопированные»*

**Теория:** знакомство с понятием «синкопа». Особенности исполнения синкопированных дробных выстукиваний.

**Практика:** исполнение синкопированных дробных выстукиваний.

*Тема № 2.4.3: «Дроби по VI, III позициям»*

**Теория:** дальнейшее изучение дробных выстукиваний на середине зала. Методика исполнения по VI, III позициям.

**Практика:** исполнение дробей по VI, III позициям.

*Тема № 2.4.4: «Дроби в повороте»*

**Теория:** дальнейшее изучение дробных выстукиваний на середине зала. Методика исполнения в повороте. Сочетание выученных дробных выстукиваний в танцевальную комбинацию.

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации с выученными видами дробных выстукиваний.

*Тема № 2.4.5: «Дроби в башкирском характере ( «трилистник» с переступаниями»*

**Теория:** знакомство с характерными особенностями исполнения дробных выстукиваний в характере башкирского народного танца. Изучение дроби «трилистник» и сочетание с движением «переступание».

**Практика:** исполнение движения «трилистник» с переступанием.

### Раздел №3: «Вращения»

*Тема № 3.1: «Вращения на каблуках ( на одной ноге, другая на couderpiéd ( на двух ногах по VI позиции)»*

**Теория:** дальнейшее изучение вращений. Изучение методики вращения на каблуках ( на одной ноге, другая на couderpiéd ( на двух ногах по VI позиции)

**Практика:** исполнение вращения на каблуках ( на одной ноге, другая на couderpiéd ( на двух ногах по VI позиции).

*Тема № 3.2: «Вращения в узбекском характере с выносом ноги на каблук в координации с руками»*

**Теория:** дальнейшее изучение вращений. Характерные особенности вращений с выносом ноги на каблук. Сочетание вращения с выносом ноги на каблук с движениями рук в характере узбекского народного танца.

**Практика:** исполнение вращения в узбекском характере с выносом ноги на каблук в координации с руками.

*Тема № 3.3: «Вращения в башкирском характере с дробной дорожкой в сочетании с движениями рук»*

**Теория:** дальнейшее изучение вращений. Характерные особенности вращения с дробной дорожкой. Сочетание вращения с дробной дорожкой с движениями рук в характере башкирского народного танца.

**Практика:** исполнение вращения в башкирском характере с дробной дорожкой в сочетании с движениями рук.

### Раздел №4: «Танцевальные этюды»

#### **Подраздел № 4.1 : Этюды**

*Тема № 4.1.1: «Изучение лексики башкирского народного танца»*

**Теория:** изучение основных движений башкирского народного танца: положения ног, положения рук, движения кистей рук, поклон, движения плеч, движения головы, ходы, опускание на колени. Методические рекомендации по работе над выразительностью движений рук, кистей, плеч и головы. Составление танцевальной комбинации на основе лексики башкирского народного танца

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации на основе лексики башкирского народного танца.

*Тема № 4.1.2: «Изучение лексики молдавского народного танца»*

**Теория:** знакомство с характером исполнения элементов молдавского танца. Ритмические особенности движений молдавского народного танца. Беседа о танцевальности о техническом мастерстве, чувстве позы и выносливости. Изучение основных движений: положения ног; положения рук в сольном и массовом танцах; ход с подскоком (на месте, с поворотом, с продвижением); бег (на месте, с поворотом, с продвижением); боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено; припадание; боковой ход с каблука. Составление танцевальной комбинации на основе лексики молдавского народного танца

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации на основе лексики молдавского народного танца.

*Тема № 4.1.3: «Этюдная работа»*

**Теория:** демонстрация танцевальных комбинаций с пояснениями. Методические рекомендации по рисункам изучаемых танцевальных этюдов на основе лексики башкирского и молдавского народных танцев.

**Практика:** разучивание, исполнение и отработка танцевальных элементов, комбинаций и этюдов на основе лексики башкирского и молдавского народных танцев.

#### 4 год обучения (6 класс)

Основное внимание наряду с развитием силы, выносливости, техничности уделяется развитию танцевальной выразительности исполнителя, способности в яркой эмоциональной форме передавать характер и особенности танцев различных национальностей (русского, украинского, грузинского)

Экзерсис у станка занимает примерно 30 минут, делается в более быстром темпе и сложных комбинациях. Он отличается богатством координации, ритмическим разнообразием движений, использованием синкоп, включением поворотов, пируэтов.

У станка изучаются наиболее сложные танцевальные элементы, которые включаются затем в этюды на середине зала.

| №          | Основные разделы и темы                                                                            | Количество часов |               |                |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|----------------|
|            |                                                                                                    | всего            | теория        | практика       |
| <b>1</b>   | <b><u>Exersis у станка</u></b>                                                                     | <b>33 ч.</b>     | <b>5.5 ч.</b> | <b>27.5 ч.</b> |
| <b>1.1</b> | <b>Plie</b> ( в характере испанского танца)                                                        | 3 ч.             | 0.5 ч.        | 2.5 ч.         |
| 1.1.1      | а) полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по I, II, IV, V открытым и прямым позициям |                  |               |                |
| <b>1.2</b> | <b>Bat.tendus</b> ( в характере болгарского танца «Шопско-хоро»)                                   | 3 ч.             | 0.5 ч.        | 2.5 ч.         |
| 1.2.1      | а) с поворотом стопы в закрытое положение                                                          |                  |               |                |
| 1.2.2      | б) с ударом работающей ноги в позиции                                                              |                  |               |                |
| 1.2.3      | в) с подъемом опорной пятки в открытой позиции                                                     |                  |               |                |
| <b>1.3</b> | <b>Bat.tendusjetes</b> ( в характере польского танца «Мазурка»)                                    | 3 ч.             | 0.5 ч.        | 2.5 ч.         |
| 1.3.1      | а) синкопированный переход jete-piques                                                             |                  |               |                |

|        |                                                                                            |              |             |              |
|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------|--------------|
| 1.3.2  | б) с работой пятки опорной ноги                                                            |              |             |              |
| 1.3.3  | в) jete-balançoirs                                                                         |              |             |              |
| 1.4    | <b>Ronddejambe</b> ( в характере польского танца «Мазурка»)                                | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.4.1  | а) с разворотом опорной стопы                                                              |              |             |              |
| 1.4.2  | б) с соскоком на п/п опорной стопы, demirondenlair                                         |              |             |              |
|        | в) с разворотом опорной стопы на п/п                                                       |              |             |              |
| 1.4.3  | <b>Каблучные упражнения</b> ( в характере русского народного танца «Кадриль»)              |              |             |              |
| 1.5    | а) с перескоками у щиколотки                                                               | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.5.1  | б) на 90 с работой корпуса                                                                 |              |             |              |
| 1.5.2  | <b>Bat.fondus</b> ( в характере греческого танца «Сиртаки»)                                |              |             |              |
| 1.6    | а) с подниманием на п/п                                                                    | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.6.1  | б) на 90 с наклоном корпуса и в координации                                                |              |             |              |
| 1.6.2  | с движением руки.                                                                          |              |             |              |
|        | <b>Flic-flac</b> ( в характере цыганского танца)                                           |              |             |              |
| 1.7    | а) с разворотом у щиколотки                                                                | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.7.1  | б) double- flic                                                                            |              |             |              |
| 1.7.2  | в) веер                                                                                    |              |             |              |
| 1.7.3  | <b>Подготовка к «веревочке» в характере венгерского танца «Пантазоо»</b>                   |              |             |              |
| 1.8    | а) с подниманием на п/п                                                                    | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.8.1  | б) с поворотом из открытого в закрытое положение и                                         |              |             |              |
| 1.8.2  | обратно                                                                                    |              |             |              |
|        | в) с прыжком на опорной ноге                                                               |              |             |              |
| 1.8.3  | <b>Дробные выстукивания в характере испанского танца «Фламенко»</b>                        |              |             |              |
| 1.9    | а) всевозможные ритмические сочетания ударов                                               | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.9.1  | каблуком и п/п                                                                             |              |             |              |
| 1.9.2  | б) с мазком каблука работающей ноги                                                        |              |             |              |
| 1.9.3  | в) с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону , назад                                   |              |             |              |
|        | <b>Bat.developpe</b> ( в характере восточного танца «Шахерезада»)                          |              |             |              |
| 1.10   | а) с полуприседанием на опорной ноге                                                       | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.10.1 | б) в сочетании с растяжками и перегибами                                                   |              |             |              |
| 1.10.2 | корпуса                                                                                    |              |             |              |
|        | <b>Grandbattements</b> ( в характере испанского танца)                                     |              |             |              |
| 1.11   | а) полукругом ( grandsrond) на всей стопе                                                  | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.11.1 | б) с tombe на опорную ногу и ударом п/п                                                    |              |             |              |
| 1.11.2 |                                                                                            |              |             |              |
| 2      | <b>Exersise на середине зал</b>                                                            | <b>33 ч.</b> | <b>9 ч.</b> | <b>24 ч.</b> |
| 2.1    | <b>Portdebrass</b> ( упражнения для рук и корпуса в характере испанского танца «Фламенко») | 8,5          | 2.5 ч.      | 6 ч.         |
| 2.1.1  | а) проучивание основных положений и позиций рук                                            |              |             |              |
| 2.1.2  | б) в разных ракурсах повороты плеч и бедер                                                 |              |             |              |
| 2.1.3  | в) отработка манеры исполнения                                                             |              |             |              |
| 2.2    | <b>«Моталочка», «ковырялочка»</b> в характере русского народного танца «Трава, моя трава»  | 8 ч.         | 2 ч.        | 6 ч.         |
| 2.2.1  | а) поочередно каблуком и п/п                                                               |              |             |              |
| 2.2.2  | б) в прямом и открытом положениях                                                          |              |             |              |

|                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                      |                                                                 |                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 2.2.3<br>2.3                                                                   | в) с поворотами и ударами на всю стопу<br><b>«Веревочка» и «кабриоли»</b> ( в характере венгерского народного танца «Чардаш»)                                                                                                                                                                              | 8.5 ч.                                               | 2.5 ч.                                                          | 6 ч.                                                           |
| 2.3.1<br>2.3.2<br>2.3.3<br>2.4                                                 | а) простая п/п<br>б) с поворотом на 360<br>в) с продвижением<br><b>Дроби в характере русского народного танца, испанского танца</b>                                                                                                                                                                        | 8 ч.                                                 | 2 ч.                                                            | 6 ч.                                                           |
| 2.4.1<br>2.4.2<br>2.4.3<br>2.4.4<br>2.4.5<br>2.4.6                             | а) прямые, обратные, в прямой и открытой позициях<br>б) с продвижением<br>в) с поворотами и подскоками<br>г) а различных ритмических сочетаниях<br>д) с flic и с хлопками<br>е) с разворотом корпуса                                                                                                       |                                                      |                                                                 |                                                                |
| <b>3</b><br><b>3.1</b><br><b>3.2</b><br><b>3.3</b><br><b>3.4</b><br><b>3.5</b> | <b><u>Вращения</u></b><br>1. toursshaies ( по диагонали, по кругу)<br>2. бегунок ( по диагонали, по кругу)<br>3. в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied<br>4. в польском характере «Кабриоли»<br>5. в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук | <b>10 ч.</b><br>2 ч.<br>2 ч.<br>2 ч.<br>2 ч.<br>2 ч. | <b>2.5 ч.</b><br>0.5 ч.<br>0.5 ч.<br>0.5 ч.<br>0.5 ч.<br>0.5 ч. | <b>7.5 ч.</b><br>1.5 ч.<br>1.5 ч.<br>1.5 ч.<br>1.5ч.<br>1.5 ч. |
| <b>4</b><br><b>4.1</b><br>4.1.1<br>4.1.2<br>4.1.3                              | <b><u>Танцевальные этюды</u></b><br><b>Изучение лексического материала</b><br>а) болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско»<br>б) польского народного танца «Мазурка»<br>в) венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»                                              | <b>56 ч.</b><br>20 ч.<br>18 ч.<br>18 ч.              | <b>14 ч.</b><br>5 ч.<br>4.5 ч.<br>4.5 ч.                        | <b>42 ч.</b><br>15 ч.<br>13.5 ч.<br>13.5 ч.                    |
| <b>5</b>                                                                       | <b><u>Контроль и оценка</u></b>                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>4 ч.</b>                                          | <b>1 ч.</b>                                                     | <b>4 ч.</b>                                                    |
|                                                                                | <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>136 ч.</b>                                        | <b>32 ч.</b>                                                    | <b>104 ч.</b>                                                  |

### Содержание 4-го года обучения (6 класс)

#### Раздел №1: «Exersis y станка»

##### ***Подраздел № 1.1 : Plie ( в характере испанского танца)***

**Тема № 1.1.1:** «Plie: полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по I, II, IV, V открытым и прямым позициям»

**Теория:** знакомство с испанским сценическим танцем. Основные особенности манеры исполнения. Методические рекомендации по исполнению плавных и резких plie. Изучение полуприседаний и полных приседаний, плавных и резких по I, II, IV, V открытым и прямым позициям. Сочетание с танцевальными элементами в характере испанского танца. Пояснения по работе корпуса.

**Практика:** исполнение упражнения plie: полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по I, II, IV, V открытым и прямым позициям в характере испанского танца..

##### ***Подраздел № 1.2: Bat.tendus ( в характере болгарского танца «Шопско- хоро»)***

**Тема № 1.2.1:** «Bat.tendus с поворотом стопы в закрытое положение»

**Теория:** знакомство с манерой исполнения болгарского народного танца «Шопско- хоро». Методические рекомендации по исполнению bat.tendus с поворотом стопы в закрытое положение.

**Практика:** исполнение bat.tendus с поворотом стопы в закрытое положение.

*Тема № 1.2.2: «Bat.tendus с ударом работающей ноги в позиции»*

**Теория:** дальнейшее изучение bat.tendus в характере болгарского танца «Шопско- хоро». Методические рекомендации по исполнению bat.tendus с ударом работающей ноги в исходной позиции.

**Практика:** исполнение bat.tendus с ударом работающей ноги в исходной позиции.

*Тема № 1.2.3: «Bat.tendus с подъемом опорной пятки в открытой позиции»*

**Теория:** дальнейшее изучение bat.tendus в характере болгарского танца «Шопско- хоро». Методические рекомендации по исполнению bat.tendus с подъемом опорной пятки в открытой позиции.

**Практика:** исполнение bat.tendus с подъемом опорной пятки в открытой позиции.

### ***Подраздел № 1.3: Bat.tendusjete ( в характере польского танца «Мазурка»)***

*Тема № 1.3.1: «Bat.tendusjete синкопированный в соединении с jete-piques»*

**Теория:** знакомство с польским народным танцем мазурка. Характерные особенности манеры исполнения польского народного танца. Методические пояснения по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.tendusjete синкопированный в соединении с jete-piques

**Практика:** исполнение bat.tendusjete синкопированного в соединении с jete-piques в характере польского народного танца мазурка.

*Тема № 1.3.2: «Bat.tendusjete с работой пятки опорной ноги»*

**Теория:** повторение знаний о польском народном танце мазурка. Характерные особенности манеры исполнения польского народного танца. Методические пояснения по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.tendusjete с работой пятки опорной ноги.

**Практика:** исполнение bat.tendusjete с работой пятки опорной ноги в характере польского народного танца мазурка.

*Тема № 1.3.3: «Bat.tendu jete с jete-balancoirs»*

**Теория:** закрепление изученного материала о польском народном танце мазурка. Составление комбинации bat.tendusjete в сочетании с танцевальными элементами польского народного танца. Методические пояснения по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.tendusjete с jete-balancoirs.

**Практика:** исполнение комбинации bat.tendusjete с jete-balancoirs (и всеми ранее изученными видами bat.tendusjete) в характере польского народного танца мазурка.

### ***Подраздел № 1.4: Ronddejambe ( в характере польского танца «Мазурка»)***

*Тема № 1.4.1: «Ronddejambe a terre с разворотом опорной стопы»*

**Теория:** дальнейшее изучение ronddejambe a terre, вида - с разворотом опорной стопы . Отработка манеры исполнения польского танца мазурка.

**Практика:** исполнение ronddejambe a terre с разворотом опорной стопы.

*Тема № 1.4.2: «Ronddejambe a terre с соскоком на п/п опорной стопы, demironden l'air»*

**Теория:** изучение ronddejambeaparterre с соскоком на п/п опорной стопы, методические пояснения по исполнению demirondenlair. Сочетание с танцевальными элементами польского народного танца мазурка.

**Практика:** исполнение ronddejambeaparterre с соскоком на п/п опорной стопы, demirondenlair.

*Тема № 1.4.3: «Ronddejambeaparterre с разворотом опорной стопы на п/п»*

**Теория:** изучение ronddejambeaparterre с разворотом опорной стопы на п/п. Методические рекомендации по работе опорной и работающей стопы, развороту коленей, положению бедер.

**Практика:** исполнение ronddejambeaparterre с разворотом опорной стопы на п/п в манере польского народного танца.

### ***Подраздел № 1.5: Каблучные упражнения (в характере русского народного танца «Кадриль»)***

*Тема № 1.5.1: «Каблучное упражнение с перескоками у щиколотки»*

**Теория:** изучение каблучного упражнения с перескоками у щиколотки в сочетании с танцевальными элементами русского народного танца.

**Практика:** исполнение каблучного упражнения с перескоками у щиколотки.

*Тема № 1.5.2: «Каблучное упражнение на 90° с работой корпуса»*

**Теория:** изучение каблучного упражнения на 90° с работой корпуса. Методические пояснения по работе корпуса при исполнении каблучного упражнения вперед, в сторону и назад.

**Практика:** исполнение каблучного упражнения на 90° с работой корпуса.

### ***Подраздел № 1.6: Bat.fondus (в характере греческого танца «Сиртаки»)***

*Тема № 1.6.1: «Bat.fondus с подниманием на п/п»*

**Теория:** знакомство с музыкальной и танцевальной культурой Греции. Характерные особенности исполнения греческого танца «Сиртаки». Методические рекомендации по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.fondus с подниманием на п/п в греческом характере.

**Практика:** исполнение bat.fondus с подниманием на п/п в греческом характере.

*Тема № 1.6.2: «Bat.fondus на 90° с наклоном корпуса и в координации с движением руки»*

**Теория:** изучение bat.fondus на 90°. Методические рекомендации по работе корпуса при исполнении bat.fondus вперед, в сторону и назад. Сочетание bat.fondus на 90° с движением руки и с танцевальными элементами греческого танца «Сиртаки».

**Практика:** исполнение bat.fondus на 90° с наклоном корпуса и в координации с движением руки.

### ***Подраздел № 1.7: Flic-flac (в характере цыганского танца)***

*Тема № 1.7.1: «Flic-flac с разворотом у щиколотки»*

**Теория:** знакомство с манерой исполнения цыганского танца. Отличительные особенности при исполнении flic-flac. Изучение flic-flac с разворотом работающей ноги у щиколотки опорной ноги.

**Практика:** исполнение flic-flac с разворотом у щиколотки.

*Тема № 1.7.2: «Flic-flac double- flic»*

**Теория:** изучение flic-flac, вида double - flic. Продолжение знакомства с манерой исполнения цыганского танца. Сочетание комбинации flic-flac с танцевальными элементами, включая double- flic.

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации с flic-flacdouble- flic.

*Тема № 1.7.3: «Flic-flac веер»*

**Теория:** изучение flic-flac, вида «веер». Продолжение знакомства с манерой исполнения цыганского танца. Сочетание комбинации flic-flac с танцевальными элементами, включая «веер».

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации с flic-flac веер.

### ***Подраздел № 1.8: Подготовка к «веревочке» в характере венгерского танца «Пантазоо»***

*Тема № 1.8.1: «Подготовка к «веревочке»с подниманием на п/п»*

**Теория:** знакомство с характером исполнения венгерского народного танца «Пантазоо». Особенности положения корпуса, рук, головы. Изучение движения подготовка к «веревочке»с подниманием на п/п

**Практика:** исполнение движения подготовка к «веревочке»с подниманием на п/п.

*Тема № 1.8.2: «Подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно»*

**Теория:** продолжение знакомства с характером исполнения венгерского народного танца «Пантазоо». Изучение движения подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно. Методические рекомендации по работе бедра работающей ноги.

**Практика:** исполнение движения подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.

*Тема № 1.8.3: «Подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге»*

**Теория:** Изучение движения подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге. Сочетание выученного движения с танцевальными элементами венгерского народного танца «Пантазоо». Составление комбинации из ранее изученных видов движения подготовка к «веревочке».

**Практика:** исполнение движения подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге в танцевальной комбинации.

### ***Подраздел № 1.9: Дробные выстукивания в характере испанского танца «Фламенко»***

*Тема № 1.9.1: «Дробные выстукивания: всевозможные ритмические сочетания ударов каблуком и п/п»*

**Теория:** знакомство с характерными особенностями стиля «фламенко». Беседа о танцевальной и музыкальной культуре Испании. Основные отличительные особенности манеры исполнения танцев Северных и Южных провинций Испании. Понятие термина «сапатеадо». Изучение ритмических сочетаний ударов каблуком и п/п.

**Практика:** исполнение упражнения дробные выстукивания: всевозможные ритмические сочетания ударов каблуком и п/п.

*Тема № 1.9.2: «Дробные выстукивания с мазком каблука работающей ноги»*

**Теория:** продолжение знакомства с испанским танцем «фламенко». Методические пояснения по работе каблука работающей ноги. Изучение дробных выстукиваний с мазком каблука работающей ноги, сочетание с танцевальными элементами.

**Практика:** исполнение дробных выстукиваний с мазком каблука работающей ноги.

*Тема № 1.9.3: «Дробные выстукивания с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону, назад»*

**Теория:** понятие «оттяжка», изучение оттяжки работающей ноги вперед, в сторону, назад и сочетание с дробными выстукиваниями. Методические рекомендации по работе головы, корпуса и рук.

**Практика:** исполнение дробных выстукиваний с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону, назад в характере испанского народного танца «фламенко».

### ***Подраздел № 1.10 : Bat.developpe ( в характере восточного танца «Шехерезада»)***

*Тема № 1.10.1: «Bat.developpe с полуприседанием на опорной ноге»*

**Теория:** знакомство с характером исполнения восточного танца. Методические рекомендации по работе корпуса, головы и рук. Изучение bat.developpe с полуприседанием на опорной ноге. Сочетание с танцевальными элементами в восточном характере

**Практика:** исполнение bat.developpe с полуприседанием на опорной ноге в характере восточного танца.

*Тема № 1.10.2: «Bat.developpe в сочетании с растяжками и перегибами корпуса»*

**Теория:** изучение bat.developpe в сочетании с растяжками и перегибами корпуса

**Практика:** исполнение bat.developpe в сочетании с растяжками и перегибами корпуса в характере восточного танца.

### ***Подраздел № 1.11 : Grandbattements ( в характере испанского танца)***

*Тема № 1.11.1: «Grandbattements полукругом ( grandsrond) на всей стопе»*

**Теория:** изучение методики исполнения grandbattementsjetes вида grandsrond на всей стопе. Методические рекомендации по работе корпуса. Сочетание с танцевальными элементами в характере испанского танца.

**Практика:** исполнение grandbattements полукругом (grandsrond) на всей стопе в характере испанского танца.

*Тема № 1.11.2: «Grandbattements с tombe на опорную ногу и ударом п/п»*

**Теория:** закрепить изучение grandbattements. Методика исполнения grand battements jetes с tombe. Сочетание с танцевальными элементами в характере испанского танца.

**Практика:** исполнение grandbattements с tombe на опорную ногу и ударом п/п в характере испанского танца.

## ***Раздел №2:«Exersis на середине зала»***

### ***Подраздел № 2.1 : Portdebrass ( упражнения для рук и корпуса в характере испанского танца «Фламенко»)***

*Тема № 2.1.1: «Portdebrass: проучивание основных положений и позиций рук»*

**Теория:** просмотр DVD (в т.ч. фильмов Карлоса Сауры), знакомство с репертуаром Национального Испанского балета Антонио Гадеса. Изучение основных положений и позиций рук в стиле испанского танца «Фламенко»

**Практика:** исполнение упражнения portdebrass: проучивание основных положений и позиций рук

*Тема № 2.1.2: «Portdebrass: в разных ракурсах повороты плеч и бедер»*

**Теория:** дальнейшее знакомство с манерой исполнения испанского стиля «фламенко». Изучение движений плеч и бедер, методические пояснения по ракурсам и поворотам корпуса.

**Практика:** исполнение упражнения portdebrass: отработка манеры исполнения: в разных ракурсах повороты плеч и бедер

*Тема № 2.1.3: «Portdebrass: отработка манеры исполнения»*

**Теория:** продолжение изучения манеры исполнения испанского стиля «фламенко».

**Практика:** исполнение упражнения portdebrass: отработка манеры исполнения

***Подраздел № 2.2 : «Моталочка», «ковырялочка» в характере русского народного танца «Трава, моя трава»***

*Тема № 2.2.1: «Моталочка», «ковырялочка» поочередно каблуком и п/п»*

**Теория:** разучивание танцевальных комбинаций «моталочка», «ковырялочка». Методические рекомендации по исполнению поочередно каблуком и п/п.

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» поочередно каблуком и п/п в характере русского народного танца «Трава, моя трава»

*Тема № 2.2.2: «Моталочка», «ковырялочка» в прямом и открытом положениях»*

**Теория:** продолжение разучивания танцевальных комбинаций «моталочка», «ковырялочка». Методические рекомендации по исполнению в прямом и открытом положениях. Способы выразительного исполнения движений «моталочка», «ковырялочка».

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» в прямом и открытом положениях в характере русского народного танца «Трава, моя трава»

*Тема № 2.2.3: «Моталочка», «ковырялочка» с поворотами и ударами на всю стопу»*

**Теория:** закрепление изучения танцевальных комбинаций «моталочка», «ковырялочка». Сочетание с поворотами и ударами на всю стопу. Методические рекомендации по работе корпуса и головы.

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» с поворотами и ударами на всю стопу в характере русского народного танца «Трава, моя трава»

***Подраздел № 2.3 : «Веревочка» и «кабриоли» ( в характере венгерского народного танца «Чардаш»)***

*Тема № 2.3.1: «Веревочка» и «кабриоли» простая п/п»*

**Теория:** знакомство с манерой исполнения венгерского народного танца «Чардаш». Изучение методики исполнения движений «веревочка» и «кабриоли». Методические рекомендации по исполнению на п/п.

**Практика:** исполнение движений «веревочка» и «кабриоли» простая п/п в характере венгерского народного танца «Чардаш»

*Тема № 2.3.2: «Веревочка» и «кабриоли» с поворотом на 360°»*

**Теория:** продолжение изучения движений «веревочка» и «кабриоли». Методические пояснения по исполнению в повороте на 360°.

**Практика:** исполнение движений «веревочка» и «кабриоли» с поворотом на 360° в характере венгерского народного танца «Чардаш»

*Тема № 2.3.3: «Веревочка» и «кабриоли» с продвижением»*

**Теория:** закрепление изучения движений «веревочка» и «кабриоли». Методика исполнения этих движений с продвижением вперед, назад, в сторону. Характерные особенности работы корпуса, поворота головы.

**Практика:** исполнение движений «веревочка» и «кабриоли» с продвижением в характере венгерского народного танца «Чардаш»

***Подраздел № 2.4 : Дроби в характере русского народного танца, испанского танца***

*Тема № 2.4.1: «Дроби прямые, обратные, в прямой и открытой позициях»*

**Теория:** знакомство с дробными выстукиваниями в характере русского народного танца, изучение более сложных движений по технике исполнения (дроби прямые, обратные в прямой и открытой позициях). Продолжение знакомства с методикой исполнения «сапатеадо» на середине зала. Характерные особенности ударов (каблуком, п/п).

**Практика:** исполнение дробей прямых, обратных, в прямой и открытой позициях в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.2: «Дроби с продвижением»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с продвижением в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей с продвижением в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.3: «Дроби с поворотами и подскоками»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с поворотами и подскоками в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей с поворотами и подскоками в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.4: «Дроби в различных ритмических сочетаниях»*

**Теория:** изучение упражнений дроби в различных ритмических сочетаниях в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей в различных ритмических сочетаниях в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.5: «Дроби с flic и с хлопками»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с flic и с хлопками в характере испанского танца. характерные особенности исполнения хлопков (звонкие, глухие)

**Практика:** исполнение дробей с flic и с хлопками в характере испанского танца.

*Тема № 2.4.6: «Дроби с разворотом корпуса»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с разворотом корпуса в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей с разворотом корпуса в характере русского народного танца, испанского танца

### *Раздел №3: «Вращения»*

*Тема № 3.1: «Вращения toursshaies (по диагонали, по кругу)»*

**Теория:** изучение вращения toursshaies в более быстром темпе (по диагонали, по кругу)

**Практика:** исполнение вращения toursshaies ( по диагонали, по кругу)

*Тема № 3.2: «Вращения бегунок (по диагонали, по кругу)»*

**Теория:** изучение вращения бегунок в более быстром темпе (по диагонали, по кругу)

**Практика:** исполнение вращения бегунок (по диагонали, по кругу)

*Тема № 3.3: «Вращения в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied»*

**Теория:** методика исполнения вращения в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied. Характерное положение рук.

**Практика:** исполнение вращения в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на cou-de-pied.

*Тема № 3.4: «Вращения в польском характере «Кабриоли»*

**Теория:** методика исполнения вращения в польском характере «Кабриоли. Характерное положение рук и корпуса.

**Практика:** исполнение вращения в польском характере «Кабриоли»

*Тема № 3.5: «Вращения в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук»*

**Теория:** методика исполнения вращения в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук. Характерное положение рук и корпуса.

**Практика:** исполнение вращения в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук

#### Раздел №4: «Танцевальные этюды»

##### Подраздел № 4.1 : Танцевальные этюды

*Тема № 4.1.1: «Изучение лексического материала болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско»*

**Теория:** изучение различных видов шагов: приставных, синкопированных, пружинистых, шаркающих, подскоков, перескоков, выпадов в болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско». Составление развернутых танцевальных комбинаций и этюдов на середине зала на основе изученной лексики болгарского народного танца.

**Практика:** исполнение танцевальных этюдов на основе изученной лексики болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско».

*Тема № 4.1.2: «Изучение лексического материала польского народного танца «Мазурка»*

**Теория:** изучение основных элементов польского народного танца «Мазурка»: pasgala, pasmarche, pascougu, «отбияне», «голубец», опускание на колено, вращение в паре, «кабриоль», обертас, заключение простое и двойное, pasdebasque. Методические рекомендации по манере исполнения движений в польском характере. Составление развернутых танцевальных комбинаций и этюдов на середине зала на основе изученной лексики польского народного танца «Мазурка».

**Практика:** исполнение танцевальных этюдов на основе изученной лексики польского народного танца «Мазурка».

*Тема № 4.1.3: «Изучение лексического материала венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»*

**Теория:** изучение основных элементов венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»: положение рук, положение ног, заключения, pasbalance, повороты, вращения в парах, резкие выпады в колено, «голубец», соскоки, bat.developpe. Методические рекомендации по манере и технике исполнения. Составление развернутых танцевальных комбинаций и этюдов на середине зала на основе изученной лексики венгерских народных танцев «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»

**Практика:** исполнение танцевальных этюдов на основе изученной лексики венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»

**5 год обучения  
(7 класс)**

Дальнейшее изучение элементов у станка: более сложных видов движений и соответствующей координации рук, ног, корпуса, головы. Используются разнообразные выразительные положения рук, т.к. экзерсис у станка имеет национальную окраску. Добавляются наклоны и перегибы корпуса, полуповороты, туры, прыжки, проводится большая работа по эмоционально-выразительному исполнению комбинаций.

На середине зала составляются более сложные, развернутые танцевальные комбинации. Выразительность исполнения, передача национального стиля и манеры народного танца очень важны, т.к. этот год заключительный в обучении.

Большое внимание уделяется этюдной работе, т.к. развернутая композиция или небольшой законченный танец – это результат изучения лексики той или иной национальности.

Изучается лексический материал польского, венгерского, болгарского, испанского, цыганского танцев.

| №          | Основные разделы и темы                                                                            | Количество часов |               |                |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|----------------|
|            |                                                                                                    | всего            | теория        | практика       |
| <b>1</b>   | <b><u>Exersis у станка</u></b>                                                                     | <b>33 ч.</b>     | <b>5.5 ч.</b> | <b>27.5 ч.</b> |
| <b>1.1</b> | <b>Plie</b> ( в характере испанского танца)                                                        | 3 ч.             | 0.5 ч.        | 2.5 ч.         |
| 1.1.1      | а) полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по I, II, IV, V открытым и прямым позициям |                  |               |                |
| <b>1.2</b> | <b>Bat.tendus</b> ( в характере болгарского танца «Шопско-хоро»)                                   | 3 ч.             | 0.5 ч.        | 2.5 ч.         |
| 1.2.1      | а) с поворотом стопы в закрытое положение                                                          |                  |               |                |
| 1.2.2      | б) с ударом работающей ноги в позиции                                                              |                  |               |                |
| 1.2.3      | в) с подъемом опорной пятки в открытой позиции                                                     |                  |               |                |
| <b>1.3</b> | <b>Bat.tendusjetes</b> ( в характере польского танца                                               | 3 ч.             | 0.5 ч.        | 2.5 ч.         |

|             |                                                                                            |              |             |              |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------|--------------|
| 1.3.1       | «Мазурка»)                                                                                 |              |             |              |
| 1.3.2       | а) синкопированный в соединении с jete-piques                                              |              |             |              |
| 1.3.3       | б) с работой пятки опорной ноги                                                            |              |             |              |
| 1.3.3       | в) jete-balancoirs                                                                         |              |             |              |
| <b>1.4</b>  | <b>Ronddejambe</b> ( в характере польского танца «Мазурка»)                                | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.4.1       | а) с разворотом опорной стопы                                                              |              |             |              |
| 1.4.2       | б) с соскоком на п/п опорной стопы,demirondenlair                                          |              |             |              |
| 1.4.3       | в) с разворотом опорной стопы на п/п                                                       |              |             |              |
| <b>1.5</b>  | <b>Каблучные упражнения</b> ( в характере русского народного танца «Кадриль»)              | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.5.1       | а) с перескоками у щиколотки                                                               |              |             |              |
| 1.5.2       | б) на 90 с работой корпуса                                                                 |              |             |              |
| <b>1.6</b>  | <b>Bat.fondus</b> ( в характере греческого танца «Сиртаки»)                                | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.6.1       | а) с подниманием на п/п                                                                    |              |             |              |
| 1.6.2       | б) на 90 с наклоном корпуса и в координации с движением руки.                              |              |             |              |
| <b>1.7</b>  | <b>Flic-flac</b> ( в характере цыганского танца)                                           | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.7.1       | а) с разворотом у щиколотки                                                                |              |             |              |
| 1.7.2       | б) double- flic                                                                            |              |             |              |
| 1.7.3       | в) веер                                                                                    |              |             |              |
| <b>1.8</b>  | <b>Подготовка к «веревочке» в характере венгерского танца «Пантазоо»</b>                   | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.8.1       | а) с подниманием на п/п                                                                    |              |             |              |
| 1.8.2       | б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно                                 |              |             |              |
| 1.8.3       | в) с прыжком на опорной ноге                                                               |              |             |              |
| <b>1.9</b>  | <b>Дробные выстукивания в характере испанского танца «Фламенко»</b>                        | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.9.1       | а) всевозможные ритмические сочетания ударов каблуком и п/п                                |              |             |              |
| 1.9.2       | б) с мазком каблука работающей ноги                                                        |              |             |              |
| 1.9.3       | в) с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону , назад                                   |              |             |              |
| <b>1.10</b> | <b>Bat.developpe</b> ( в характере восточного танца «Шахерезада»)                          | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.10.1      | а) с полуприседанием на опорной ноге                                                       |              |             |              |
| 1.10.2      | б) в сочетании с растяжками и перегибами корпуса                                           |              |             |              |
| <b>1.11</b> | <b>Grandbattements</b> ( в характере испанского танца)                                     | 3 ч.         | 0.5 ч.      | 2.5 ч.       |
| 1.11.1      | а) полукругом ( grandsrond) на всей стопе                                                  |              |             |              |
| 1.11.2      | б) с tombe на опорную ногу и ударом п/п                                                    |              |             |              |
| <b>2</b>    | <b>Exersise на середине зал</b>                                                            | <b>33 ч.</b> | <b>9 ч.</b> | <b>24 ч.</b> |
| <b>2.1</b>  | <b>Portdebrass</b> ( упражнения для рук и корпуса в характере испанского танца «Фламенко») | 8,5          | 2.5 ч.      | 6 ч.         |
| 2.1.1       | а) проучивание основных положений и позиций рук                                            |              |             |              |
| 2.1.2       | б) в разных ракурсах повороты плеч и бедер                                                 |              |             |              |
| 2.1.3       | в) отработка манеры исполнения                                                             |              |             |              |
| <b>2.2</b>  | <b>«Моталочка», «ковырялочка»</b> в характере русского народного танца «Трава, моя трава»  | 8 ч.         | 3 ч.        | 6 ч.         |

|       |                                                                                      |               |               |               |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------|---------------|
| 2.2.1 | а) поочередно каблуком и п/п                                                         |               |               |               |
| 2.2.2 | б) в прямом и открытом положениях                                                    |               |               |               |
| 2.2.3 | в) с поворотами и ударами на всю стопу                                               |               |               |               |
| 2.3   | <b>«Веревоочка» и «кабриоли»</b> ( в характере венгерского народного танца «Чардаш») | 8.5 ч.        | 2.5 ч.        | 6 ч.          |
| 2.3.1 | а) простая п/п                                                                       |               |               |               |
| 2.3.2 | б) с поворотом на 360                                                                |               |               |               |
| 2.3.3 | в) с продвижением                                                                    |               |               |               |
| 2.4   | <b>Дроби в характере русского народного танца, испанского танца</b>                  | 8 ч.          | 2 ч.          | 6 ч.          |
| 2.4.1 | а) прямые, обратные, в прямой и открытой позициях                                    |               |               |               |
| 2.4.2 | б) с продвижением                                                                    |               |               |               |
| 2.4.3 | в) с поворотами и подскоками                                                         |               |               |               |
| 2.4.4 | г) а различных ритмических сочетаниях                                                |               |               |               |
| 2.4.5 | д) с flic и с хлопками                                                               |               |               |               |
| 2.4.6 | е) с разворотом корпуса                                                              |               |               |               |
| 3     | <b><u>Вращения</u></b>                                                               | <b>10 ч.</b>  | <b>2.5 ч.</b> | <b>7.5 ч.</b> |
| 3.1   | 1. toursshaies ( по диагонали, по кругу)                                             | 2 ч.          | 0.5 ч.        | 1.5 ч.        |
| 3.2   | 2. бегунок ( по диагонали, по кругу)                                                 | 2 ч.          | 0.5 ч.        | 1.5 ч.        |
| 3.3   | 3. в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied              | 2 ч.          | 0.5 ч.        | 1.5 ч.        |
| 3.4   | 4. в польском характере «Кабриоли»                                                   | 2 ч.          | 0.5 ч.        | 1.5ч.         |
| 3.5   | 5. в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук          | 2 ч.          | 0.5 ч.        | 1.5 ч.        |
| 4     | <b><u>Танцевальные этюды</u></b>                                                     | <b>56 ч.</b>  | <b>14 ч.</b>  | <b>42 ч.</b>  |
| 4.1   | <b>Изучение лексического материала</b>                                               |               |               |               |
| 4.1.1 | а) болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско»                         | 20 ч.         | 5 ч.          | 15 ч.         |
| 4.1.2 | б) польского народного танца «Мазурка»                                               | 18 ч.         | 4.5 ч.        | 13.5 ч.       |
| 4.1.3 | в) венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»                | 18 ч.         | 4.5 ч.        | 13.5 ч.       |
| 5     | <b><u>Контроль и оценка</u></b>                                                      | <b>4 ч.</b>   | <b>1 ч.</b>   | <b>4 ч.</b>   |
|       | <b>Итого:</b>                                                                        | <b>136 ч.</b> | <b>32 ч.</b>  | <b>104 ч.</b> |

### Содержание 5-го года обучения (7 класс)

#### Раздел №1: «Exersis у станка»

##### ***Подраздел № 1.1 : Plie ( в характере испанского танца)***

**Тема № 1.1.1:** «Plie: полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по I, II, IV, V открытым и прямым позициям»

**Теория:** знакомство с испанским сценическим танцем. Основные особенности манеры исполнения. Методические рекомендации по исполнению плавных и резких plie. Изучение полуприседаний и полных приседаний, плавных и резких по I, II, IV, V открытым и прямым позициям. Сочетание с танцевальными элементами в характере испанского танца. Пояснения по работе корпуса.

**Практика:** исполнение упражнения plie: полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по I, II, IV, V открытым и прямым позициям в характере испанского танца..

##### ***Подраздел № 1.2: Bat.tendus ( в характере болгарского танца «Шопско- хоро»)***

**Тема № 1.2.1:** «Bat.tendus с поворотом стопы в закрытое положение»

**Теория:** знакомство с манерой исполнения болгарского народного танца «Шопско- хоро». Методические рекомендации по исполнению bat.tendus с поворотом стопы в закрытое положение.

**Практика:** исполнение bat.tendus с поворотом стопы в закрытое положение.

*Тема № 1.2.2: «Bat.tendus с ударом работающей ноги в позиции»*

**Теория:** дальнейшее изучение bat.tendus в характере болгарского танца «Шопско- хоро». Методические рекомендации по исполнению bat.tendus с ударом работающей ноги в исходной позиции.

**Практика:** исполнение bat.tendus с ударом работающей ноги в исходной позиции.

*Тема № 1.2.3: «Bat.tendus с подъемом опорной пятки в открытой позиции»*

**Теория:** дальнейшее изучение bat.tendus в характере болгарского танца «Шопско- хоро». Методические рекомендации по исполнению bat.tendus с подъемом опорной пятки в открытой позиции.

**Практика:** исполнение bat.tendus с подъемом опорной пятки в открытой позиции.

### ***Подраздел № 1.3: Bat.tendusjete ( в характере польского танца «Мазурка»)***

*Тема № 1.3.1: «Bat.tendusjete синкопированный в соединении с jete-piques»*

**Теория:** знакомство с польским народным танцем мазурка. Характерные особенности манеры исполнения польского народного танца. Методические пояснения по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.tendusjete синкопированный в соединении с jete-piques

**Практика:** исполнение bat.tendusjete синкопированного в соединении с jete-piques в характере польского народного танца мазурка.

*Тема № 1.3.2: «Bat.tendusjete с работой пятки опорной ноги»*

**Теория:** повторение знаний о польском народном танце мазурка. Характерные особенности манеры исполнения польского народного танца. Методические пояснения по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.tendusjete с работой пятки опорной ноги.

**Практика:** исполнение bat.tendusjete с работой пятки опорной ноги в характере польского народного танца мазурка.

*Тема № 1.3.3: «Bat.tendu jete с jete-balancoirs»*

**Теория:** закрепление изученного материала о польском народном танце мазурка. Составление комбинации bat.tendusjete в сочетании с танцевальными элементами польского народного танца. Методические пояснения по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.tendusjete с jete-balancoirs.

**Практика:** исполнение комбинации bat.tendusjete с jete-balancoirs (и всеми ранее изученными видами bat.tendusjete) в характере польского народного танца мазурка.

### ***Подраздел № 1.4: Ronddejambe ( в характере польского танца «Мазурка»)***

*Тема № 1.4.1: «Ronddejambe a terre с разворотом опорной стопы»*

**Теория:** дальнейшее изучение ronddejambe a terre, вида - с разворотом опорной стопы . Отработка манеры исполнения польского танца мазурка.

**Практика:** исполнение ronddejambe a terre с разворотом опорной стопы.

*Тема № 1.4.2: «Ronddejambe a terre с соскоком на п/п опорной стопы, demironden l'air»*

**Теория:** изучение ronddejambe par terre с соскоком на п/п опорной стопы, методические пояснения по исполнению demirondenlair. Сочетание с танцевальными элементами польского народного танца мазурка.

**Практика:** исполнение ronddejambe par terre с соскоком на п/п опорной стопы, demirondenlair.

*Тема № 1.4.3: «Ronddejambe par terre с разворотом опорной стопы на п/п»*

**Теория:** изучение ronddejambe par terre с разворотом опорной стопы на п/п. Методические рекомендации по работе опорной и работающей стопы, развороту коленей, положению бедер.

**Практика:** исполнение ronddejambe par terre с разворотом опорной стопы на п/п в манере польского народного танца.

***Подраздел № 1.5: Каблучные упражнения (в характере русского народного танца «Кадриль»)***

*Тема № 1.5.1: «Каблучное упражнение с перескоками у щиколотки»*

**Теория:** изучение каблучного упражнения с перескоками у щиколотки в сочетании с танцевальными элементами русского народного танца.

**Практика:** исполнение каблучного упражнения с перескоками у щиколотки.

*Тема № 1.5.2: «Каблучное упражнение на 90° с работой корпуса»*

**Теория:** изучение каблучного упражнения на 90° с работой корпуса. Методические пояснения по работе корпуса при исполнении каблучного упражнения вперед, в сторону и назад.

**Практика:** исполнение каблучного упражнения на 90° с работой корпуса.

***Подраздел № 1.6: Bat.fondus ( в характере греческого танца «Сиртаки»)***

*Тема № 1.6.1: «Bat.fondus с подниманием на п/п»*

**Теория:** знакомство с музыкальной и танцевальной культурой Греции. Характерные особенности исполнения греческого танца «Сиртаки». Методические рекомендации по работе корпуса, рук, головы. Изучение bat.fondus с подниманием на п/п в греческом характере.

**Практика:** исполнение bat.fondus с подниманием на п/п в греческом характере.

*Тема № 1.6.2: «Bat.fondus на 90° с наклоном корпуса и в координации с движением руки»*

**Теория:** изучение bat.fondus на 90°. Методические рекомендации по работе корпуса при исполнении bat.fondus вперед, в сторону и назад. Сочетание bat.fondus на 90° с движением руки и с танцевальными элементами греческого танца «Сиртаки».

**Практика:** исполнение bat.fondus на 90° с наклоном корпуса и в координации с движением руки.

***Подраздел № 1.7: Flic-flac ( в характере цыганского танца)***

*Тема № 1.7.1: «Flic-flac с разворотом у щиколотки»*

**Теория:** знакомство с манерой исполнения цыганского танца. Отличительные особенности при исполнении flic-flac. Изучение flic-flac с разворотом работающей ноги у щиколотки опорной ноги.

**Практика:** исполнение flic-flac с разворотом у щиколотки.

*Тема № 1.7.2: «Flic-flac double- flic»*

**Теория:** изучение flic-flac, вида double - flic. Продолжение знакомства с манерой исполнения цыганского танца. Сочетание комбинации flic-flac с танцевальными элементами, включая double- flic.

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации с flic-flacdouble- flic.

*Тема № 1.7.3: «Flic-flac веер»*

**Теория:** изучение flic-flac, вида «веер». Продолжение знакомства с манерой исполнения цыганского танца. Сочетание комбинации flic-flac с танцевальными элементами, включая «веер».

**Практика:** исполнение танцевальной комбинации с flic-flac веер.

### ***Подраздел № 1.8: Подготовка к «веревочке» в характере венгерского танца «Пантазоо»***

*Тема № 1.8.1: «Подготовка к «веревочке»с подниманием на п/п»*

**Теория:** знакомство с характером исполнения венгерского народного танца «Пантазоо». Особенности положения корпуса, рук, головы. Изучение движения подготовка к «веревочке»с подниманием на п/п

**Практика:** исполнение движения подготовка к «веревочке»с подниманием на п/п.

*Тема № 1.8.2: «Подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно»*

**Теория:** продолжение знакомства с характером исполнения венгерского народного танца «Пантазоо». Изучение движения подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно. Методические рекомендации по работе бедра работающей ноги.

**Практика:** исполнение движения подготовка к «веревочке» с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.

*Тема № 1.8.3: «Подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге»*

**Теория:** Изучение движения подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге. Сочетание выученного движения с танцевальными элементами венгерского народного танца «Пантазоо». Составление комбинации из ранее изученных видов движения подготовка к «веревочке».

**Практика:** исполнение движения подготовка к «веревочке» с прыжком на опорной ноге в танцевальной комбинации.

### ***Подраздел № 1.9: Дробные выстукивания в характере испанского танца «Фламенко»***

*Тема № 1.9.1: «Дробные выстукивания: всевозможные ритмические сочетания ударов каблуком и п/п»*

**Теория:** знакомство с характерными особенностями стиля «фламенко». Беседа о танцевальной и музыкальной культуре Испании. Основные отличительные особенности манеры исполнения танцев Северных и Южных провинций Испании. Понятие термина «сапатеадо». Изучение ритмических сочетаний ударов каблуком и п/п.

**Практика:** исполнение упражнения дробные выстукивания: всевозможные ритмические сочетания ударов каблуком и п/п.

*Тема № 1.9.2: «Дробные выстукивания с мазком каблука работающей ноги»*

**Теория:** продолжение знакомства с испанским танцем «фламенко». Методические пояснения по работе каблука работающей ноги. Изучение дробных выстукиваний с мазком каблука работающей ноги, сочетание с танцевальными элементами.

**Практика:** исполнение дробных выстукиваний с мазком каблука работающей ноги.

*Тема № 1.9.3:* «Дробные выстукивания с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону, назад»

**Теория:** понятие «оттяжка», изучение оттяжки работающей ноги вперед, в сторону, назад и сочетание с дробными выстукиваниями. Методические рекомендации по работе головы, корпуса и рук.

**Практика:** исполнение дробных выстукиваний с оттяжками работающей ноги вперед, в сторону, назад в характере испанского народного танца «фламенко».

### ***Подраздел № 1.10 : Bat.developpe ( в характере восточного танца «Шехерезада»)***

*Тема № 1.10.1:* «Bat.developpe с полуприседанием на опорной ноге»

**Теория:** знакомство с характером исполнения восточного танца. Методические рекомендации по работе корпуса, головы и рук. Изучение bat.developpe с полуприседанием на опорной ноге. Сочетание с танцевальными элементами в восточном характере

**Практика:** исполнение bat.developpe с полуприседанием на опорной ноге в характере восточного танца.

*Тема № 1.10.2:* «Bat.developpe в сочетании с растяжками и перегибами корпуса»

**Теория:** изучение bat.developpe в сочетании с растяжками и перегибами корпуса

**Практика:** исполнение bat.developpe в сочетании с растяжками и перегибами корпуса в характере восточного танца.

### ***Подраздел № 1.11 : Grandbattements ( в характере испанского танца)***

*Тема № 1.11.1:* «Grandbattements полукругом ( grandsrond) на всей стопе»

**Теория:** изучение методики исполнения grandbattementsjetes вида grandsrond на всей стопе. Методические рекомендации по работе корпуса. Сочетание с танцевальными элементами в характере испанского танца.

**Практика:** исполнение grandbattements полукругом (grandsrond) на всей стопе в характере испанского танца.

*Тема № 1.11.2:* «Grandbattements с tombe на опорную ногу и ударом п/п»

**Теория:** закрепить изучение grandbattements. Методика исполнения grand battements jetes с tombe. Сочетание с танцевальными элементами в характере испанского танца.

**Практика:** исполнение grandbattements с tombe на опорную ногу и ударом п/п в характере испанского танца.

## ***Раздел №2:«Exersis на середине зала»***

### ***Подраздел № 2.1 : Portdebrass ( упражнения для рук и корпуса в характере испанского танца «Фламенко»)***

*Тема № 2.1.1:* «Portdebrass: проучивание основных положений и позиций рук»

**Теория:** просмотр DVD (в т.ч. фильмов Карлоса Сауры), знакомство с репертуаром Национального Испанского балета Антонио Гадеса. Изучение основных положений и позиций рук в стиле испанского танца «Фламенко»

**Практика:** исполнение упражнения portdebrass: проучивание основных положений и позиций рук

*Тема № 2.1.2:* «Portdebrass: в разных ракурсах повороты плеч и бедер»

**Теория:** дальнейшее знакомство с манерой исполнения испанского стиля «фламенко». Изучение движений плеч и бедер, методические пояснения по ракурсам и поворотам корпуса.

**Практика:** исполнение упражнения portdebrass: отработка манеры исполнения: в разных ракурсах повороты плеч и бедер

*Тема № 2.1.3: «Portdebrass: отработка манеры исполнения»*

**Теория:** продолжение изучения манеры исполнения испанского стиля «фламенко».

**Практика:** исполнение упражнения portdebrass: отработка манеры исполнения

**Подраздел № 2.2 : «Моталочка», «ковырялочка» в характере русского народного танца «Трава, моя трава»**

*Тема № 2.2.1: «Моталочка», «ковырялочка» поочередно каблуком и п/п»*

**Теория:** разучивание танцевальных комбинаций «моталочка», «ковырялочка». Методические рекомендации по исполнению поочередно каблуком и п/п.

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» поочередно каблуком и п/п в характере русского народного танца «Трава, моя трава»

*Тема № 2.2.2: «Моталочка», «ковырялочка» в прямом и открытом положениях»*

**Теория:** продолжение разучивания танцевальных комбинаций «моталочка», «ковырялочка». Методические рекомендации по исполнению в прямом и открытом положениях. Способы выразительного исполнения движений «моталочка», «ковырялочка».

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» в прямом и открытом положениях в характере русского народного танца «Трава, моя трава»

*Тема № 2.2.3: «Моталочка», «ковырялочка» с поворотами и ударами на всю стопу»*

**Теория:** закрепление изучения танцевальных комбинаций «моталочка», «ковырялочка». Сочетание с поворотами и ударами на всю стопу. Методические рекомендации по работе корпуса и головы.

**Практика:** исполнение движений «моталочка», «ковырялочка» с поворотами и ударами на всю стопу в характере русского народного танца «Трава, моя трава»

**Подраздел № 2.3 : «Веревочка» и «кабриоли» ( в характере венгерского народного танца «Чардаш»)**

*Тема № 2.3.1: «Веревочка» и «кабриоли» простая п/п»*

**Теория:** знакомство с манерой исполнения венгерского народного танца «Чардаш». Изучение методики исполнения движений «веревочка» и «кабриоли». Методические рекомендации по исполнению на п/п.

**Практика:** исполнение движений «веревочка» и «кабриоли» простая п/п в характере венгерского народного танца «Чардаш»

*Тема № 2.3.2: «Веревочка» и «кабриоли» с поворотом на 360°»*

**Теория:** продолжение изучения движений «веревочка» и «кабриоли». Методические пояснения по исполнению в повороте на 360°.

**Практика:** исполнение движений «веревочка» и «кабриоли» с поворотом на 360° в характере венгерского народного танца «Чардаш»

*Тема № 2.3.3: «Веревочка» и «кабриоли» с продвижением»*

**Теория:** закрепление изучения движений «веревочка» и «кабриоли». Методика исполнения этих движений с продвижением вперед, назад, в сторону. Характерные особенности работы корпуса, поворота головы.

**Практика:** исполнение движений «веревочка» и «кабриоли» с продвижением в характере венгерского народного танца «Чардаш»

#### ***Подраздел № 2.4 : Дроби в характере русского народного танца, испанского танца***

*Тема № 2.4.1: «Дроби прямые, обратные, в прямой и открытой позициях»*

**Теория:** знакомство с дробными выстукиваниями в характере русского народного танца, изучение более сложных движений по технике исполнения (дроби прямые, обратные в прямой и открытой позициях). Продолжение знакомства с методикой исполнения «сапатеадо» на середине зала. Характерные особенности ударов (каблуком, п/п).

**Практика:** исполнение дробей прямых, обратных, в прямой и открытой позициях в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.2: «Дроби с продвижением»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с продвижением в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей с продвижением в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.3: «Дроби с поворотами и подскоками»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с поворотами и подскоками в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей с поворотами и подскоками в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.4: «Дроби в различных ритмических сочетаниях»*

**Теория:** изучение упражнений дроби в различных ритмических сочетаниях в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей в различных ритмических сочетаниях в характере русского народного танца, испанского танца

*Тема № 2.4.5: «Дроби с flic и с хлопками»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с flic и с хлопками в характере испанского танца. характерные особенности исполнения хлопков (звонкие, глухие)

**Практика:** исполнение дробей с flic и с хлопками в характере испанского танца.

*Тема № 2.4.6: «Дроби с разворотом корпуса»*

**Теория:** изучение упражнений дроби с разворотом корпуса в характере русского народного танца, испанского танца

**Практика:** исполнение дробей с разворотом корпуса в характере русского народного танца, испанского танца

#### ***Раздел №3: «Вращения»***

*Тема № 3.1: «Вращения toursshaies (по диагонали, по кругу)»*

**Теория:** изучение вращения toursshaies в более быстром темпе (по диагонали, по кругу)

**Практика:** исполнение вращения toursshaies ( по диагонали, по кругу)

*Тема № 3.2: «Вращения бегунок (по диагонали, по кругу)»*

**Теория:** изучение вращения бегунок в более быстром темпе (по диагонали, по кругу)

**Практика:** исполнение вращения бегунок (по диагонали, по кругу)

*Тема № 3.3: «Вращения в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied»*

**Теория:** методика исполнения вращения в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied. Характерное положение рук.

**Практика:** исполнение вращения в венгерском характере с plie на опорной ноге, другая на sou-de-pied.

*Тема № 3.4: «Вращения в польском характере «Кабриоли»*

**Теория:** методика исполнения вращения в польском характере «Кабриоли. Характерное положение рук и корпуса.

**Практика:** исполнение вращения в польском характере «Кабриоли»

*Тема № 3.5: «Вращения в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук»*

**Теория:** методика исполнения вращения в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук. Характерное положение рук и корпуса.

**Практика:** исполнение вращения в испанском характере soutenu, с выпадом, в сочетании с координацией рук

#### *Раздел №4: «Танцевальные этюды»*

##### **Подраздел № 4.1 : Танцевальные этюды**

*Тема № 4.1.1: «Изучение лексического материала болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско»*

**Теория:** изучение различных видов шагов: приставных, синкопированных, пружинистых, шаркающих, подскоков, перескоков, выпадов в болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско». Составление развернутых танцевальных комбинаций и этюдов на середине зала на основе изученной лексики болгарского народного танца.

**Практика:** исполнение танцевальных этюдов на основе изученной лексики болгарского народного танца «Шопско-хоро», «Ситно-женско».

*Тема № 4.1.2: «Изучение лексического материала польского народного танца «Мазурка»*

**Теория:** изучение основных элементов польского народного танца «Мазурка»: pasgala, pasmarche, pascougu, «отбияне», «голубец», опускание на колено, вращение в паре, «кабриоль», обертас, заключение простое и двойное, pasdebasque. Методические рекомендации по манере исполнения движений в польском характере. Составление развернутых танцевальных комбинаций и этюдов на середине зала на основе изученной лексики польского народного танца «Мазурка».

**Практика:** исполнение танцевальных этюдов на основе изученной лексики польского народного танца «Мазурка».

*Тема № 4.1.3: «Изучение лексического материала венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»*

**Теория:** изучение основных элементов венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»: положение рук, положение ног, заключения, pasbalance, повороты, вращения в парах, резкие выпады в колено, «голубец», соскоки, bat.developpe.

Методические рекомендации по манере и технике исполнения. Составление развернутых танцевальных комбинаций и этюдов на середине зала на основе изученной лексики венгерских народных танцев «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»

**Практика:** исполнение танцевальных этюдов на основе изученной лексики венгерского народного танца «Парный чардаш», «Танец с бутылочками»

### **3. Методическое обеспечение образовательной программы**

#### **3.1 Кадровое обеспечение.**

Для успешной реализации данной программы педагог должен соответствовать следующим параметрам:

- иметь специальное образование и хореографическую подготовку;
- иметь стремление к профессиональному самосовершенствованию;
- по данной программе работает преподаватель народного танца. руководитель и балетмейстер Детского театра танца «Плясицы» Л.Е. Левашова

#### **3.2 Материально-техническое обеспечение.**

1. Класс со станками из кругового деревянного бруса в диаметре 6-7 см., прикрепленные вдоль стен.
2. Зеркала, укрепленные вдоль стен (в полный рост учащихся).
3. Паркет или полы, покрытые линолиумом
4. Баян (аккордеон, фортепиано)
5. Аудиомагнитофон
6. CD – дисковый магнитофон, видеомагнитофон
7. Телевизор.
8. DVD проигрыватель

Для успешной реализации программы необходим оснащенный специальным оборудованием класс, где созданы условия для полноценных занятий, есть необходимые предметы и дидактические материалы. Класс должен соответствовать санитарно-гигиеническим нормам обучения.

##### **3.2.1 Костюмы для сценической практики.**

1. Костюм башкирского народного танца (женский)
2. Костюм русского народного танца (женский, мужской)
3. Костюм болгарского народного танца (женский)
4. Костюм калмыцкого народного танца (мужской)
5. Костюм татарского народного танца (женский, мужской)
6. Костюм марийского народного танца (женский)
7. Костюм немецкого народного танца (женский, мужской)
8. Костюм итальянского народного танца (женский, мужской)
9. Стилизованный русский костюм к хореографической композиции «Сказ про то как Плясицы глумились»

### 3.3 Учебно-методические материалы

#### 9.3.1 Медиа материалы:

##### 9.3.1.1 Видеоматериалы и DVD

1. «Танец длиною в жизнь» DVD фильм об И.А. Моисееве и Государственном академическом ансамбле танца
2. DVD материалы с Всероссийских конкурсов, фестивалей народного танца
3. «Муха – Цокотуха» хореографический спектакль Детского театра танца «Плясицы»
4. «Сказка о прекрасной царевне» хореографический спектакль Детского театра танца «Плясицы»
5. Баллады «Вечно живые» хореографический спектакль Детского театра танца «Плясицы»
6. «Легенды о Каменной чаше Жигули» хореографический спектакль Детского театра танца «Плясицы»

##### 9.3.1.2 Аудиоматериалы

1. «Классика XX века»
2. «Одиннадцать классических жемчужин»
3. «Двенадцать классических жемчужин»
4. «Шедевры органной музыки» (И.С. Бах, В.А.Моцарт, Ф. Мендельсон, Р. Шуман, К.Сен-Санс)
5. «Щелкунчик», «История русского балета для детей» на музыку П.И. Чайковского
6. «Спящая красавица» П.И. Чайковского
7. «Лебединое озеро», «Музыкальна сказка по балету П.И. Чайковского»

##### 3.3.1.3.CD –диски

1. Фортепианный сборник №3 (Л.Бетховен, Ф. Шуберт, Ф. Шопен)
2. Ф. Шопен – Ноктюрны № 1,2,7,8 Прелюдии. Этюды
3. Серия – Великие мастера (М. И.Глинка, А.Г. Рубинштейн, П.И. Чайковский, А.П. Бородин, Н.А. Римский-Корсаков)
4. Клавирные сонаты Л. Бетховен
5. Скрипка и фортепиано (К Дебюсси, Л.В. Бетховен)
6. Лучшая классика тысячелетия 6
7. Лучшая классика тысячелетия 7
8. Лучшая классика тысячелетия 8
9. Лучшая классика тысячелетия 9
10. Лучшая классика тысячелетия 10
11. Классика в рок обработке

12. Шедевры в музыке
13. Школа-танцев

#### 9.3.2 Нотный материал (для педагога)

1. Гармошечка –Говорушечка: Составитель С. Мерзлякова: Москва 1987
2. Жаворонушки, вып. №2: составитель Г.М. Науменко: издательство «Советский композитор»: М. 1981
3. Танцы народов СССР: издательство «Молодая гвардия»:М. 1951

## 4. Список литературы

### 4.1 *Список литературы и других источников информации для написания дополнительной образовательной программы:*

1. Г.Я. Власенко танцы народов Поволжья: издательство «Самарский университет»: Самара 1992
2. Программа для хореографических отделений музыкальных школ и школ искусств «Народно-сценический танец»:составитель А.В. Луначарский: М. 1983
3. Методическое пособие по теории и методике преподавания народно-сценического танца: издательство «Мастер Лайн»: Казань 1998
4. Программа для хореографических училищ и хореографических отделений училищ искусств по специальностям № 2108 «Артист балета» и №2128 «Артист ансамбля народного танца» «Мастерство актера»: М. 1987
5. Программа (проект) Народно-сценический танец для хореографических отделений ДМШ, ДШИ: М. 1987
6. Танцы народов СССР: издательство «Молодая гвардия»:М. 1951
7. Сборник авторских программ и методических работ преподавателей образовательных учреждений искусств и культуры г.о. Тольятти, вып. №3, книга 2: Издательство Фонда «Развитие через образование»: Тольятти 2004

#### *4.2 Список литературы для педагогов*

1. Учебно-методическое пособие по предмету «Народно-сценический танец» для учителей ритмики и танца и студентов хореографических отделений педагогических вузов «Создание танцевального этюда (на музыку народов России)»: Составитель А.А. Телегин: Самара 1996
2. В.И. Уральская Рождение танца: издательство «Советская Россия»: М. 1982
3. В.И. Уральская Природа танца: издательство «Советская Россия»: М. 1981
4. В.И. Уральская Поиски и решения: издательство «Советская Россия»: М. 1973
5. Г.П. Гусев Методика преподавания народного танца: упражнения у станка: учебное пособие для ВУЗов: Гуманитарный издательский центр «Владос»: М. 2005
6. Г.П. Гусев Методика преподавания народного танца: этюды: учебное пособие для ВУЗов: Гуманитарный издательский центр «Владос»: М. 2004
7. Программы дополнительного художественного образования детей: издательство «Просвещение»: М.2005
8. Ткаченко Т. «Народный танец»: М. «Искусство» 1967
9. Методика ведения предмета «Народно-сценический танец» Методическое пособие КГИК: Куйбышев 1982
10. Е Васильева «танец»: М. «Искусство» 1968
11. «Балет» (энциклопедия): М. «Искусство» 1981
12. Устинова Т. Избранные русские народные танцы: М. «Искусство» 1996
13. Ткаченко Т. «Народный танец», ч. II: М. «Искусство» 1975
14. Зацепина К., Климов А.: народно-сценический танец: М. «Искусство» 1976
15. Стуколкина И. Четыре экзерсиса: М. «Искусство» 1977

#### *4.3 Список литературы для учащихся*

1. Альбом. Марий Эл – марийский край. Йошкар-Ола, Марийское кн.изд-во, 1982
2. Андреева А.Ю. Русский народный костюм. Путешествие с севера на юг. С-П, ; Паритет, 2005
3. Буль Жозефина. Эпос «Джангар» и калмыцкий сценический костюм. Элиста,; Калмыцкое книжное издательство, 1997
4. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. Самара, ; «Самарский университет», 1992
5. Гаскаров Ф.А. Башкирские танцы. Уфа, Башкирское кн.изд-во, 1958
6. Гордеева В. Русская народная одежда. М.,; Изобразительное искусство, 1971
7. Ефимова Л. Русский народный костюм. М.; Советская Россия, 1989
8. Маслова Г. Народная одежда в восточно-славянских традиционных обычаях и обрядах XIX начала XX века. М.; Наука, 1984
9. Михайлова А. Ребенок в мире театра. Беседы о воспитании зрителя. М.; 2004
10. Сборник. Мордовия. Народное искусство. Саранск; Мордовское кн. изд-во, 1985
11. Сборник. Этносы Самарского края. Самара, 2003
12. Сборник. Педагогика искусства. Вопросы истории, теории и методики. Саратов, Научная книга, 2006
13. Сперанская Л.Л. Костюм казанских татар. Казань, Татарское кн.изд-во, 1972
14. Томилина Л., Шульгина А. Костюмы для художественной самодеятельности. М.; Профиздат, 1976
15. Хэрольд Роберт. Костюмы народов мире. М.; Экспо-Пресс, 2002
16. Энциклопедия. Народы России. М.; Большая Российская энциклопедия, 1994

