

**УПРАВЛЕНИЕ ПО ДЕЛАМ КУЛЬТУРЫ АДМИНИСТРАЦИИ  
ПЕРМСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

---

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ПЕРМСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»  
ПЕРМСКОГО КРАЯ**

---

ИНН/КПП 5948017741/594801001 адрес: ул. Культуры, д. 6  
д.Кондратово, Пермский район, Пермский край, 614506  
т. (342) 296-14-49,  
e-mail: [kondratovo.art@mail.ru](mailto:kondratovo.art@mail.ru)

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

**ПРОГРАММА  
по учебному предмету  
«Народно-сценический танец»**

**Принято:**

Педагогическим советом  
Образовательного учреждения  
Протокол №1  
От «29» августа 2021 г.

**Утверждено:**

Директор МАУ ДО  
«Детская школа искусств  
Пермского района»  
А. Н. Кощева



**Разработчик:**

Кузнецова Е.И. преподаватель хореографических дисциплин МАУДО  
«Детская школа искусств Пермского района» д. «Кондратово»

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Народно-сценический танец является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин и неотъемлемой частью начального хореографического образования. Обучение народно-сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Народно-сценический танец дает возможность обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, расширяет и обогащает их исполнительские возможности. Основной задачей всего курса обучения является воспитание эмоциональной выразительности исполнения, умение точно передать национальный стиль и манеру исполнения народного танца.

Народно-сценический танец тесно связан со всем циклом танцевальных дисциплин, прежде всего с классическим танцем. Он играет большую роль в создании репертуара детского коллектива. Программа охватывает 2,9(3) летний курс обучения народно-сценическому танцу.

Уроки народно-сценического танца строятся из упражнений у станка и на середине зала. Педагог на начальном этапе должен уделять основное внимание культуре исполнения. Основными задачами обучения является:

- умение ориентироваться в пространстве;
- развитие чувства позы;
- навыки координации;
- культура общения с партнером;
- навыки ансамблевого исполнения;
- умение передать в движении стиливые особенности народной музыки.

Для более глубокого понимания национального характера изучаемого танца необходимо знакомить обучающихся с народными обрядами,

традициями, жизнью и историей народа. В процессе преподавания необходим дифференцированный подход к детям с учетом их физических данных и способностей.

**Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Народно-сценический танец», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:**

Классы	Распределение по годам обучения		
	3	4	5
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	34	34	34
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	3
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные занятия)	68	68	102
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные занятия)	238		

Педагог может увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности материала в зависимости от состава класса. Большое внимание педагогу следует уделить музыкальному сопровождению на уроке. При этом необходимо учитывать возрастные особенности восприятия музыки учащимися, что значительно облегчит освоение техники сложных элементов и поможет развитию танцевальности и выразительности.

### **Первый год обучения (3 класс)**

**Основные задачи и навыки:**

1. Осваиваются простейшие элементы и движения народно – сценического танца у станка и на середине зала.
2. Вырабатываются первоначальные представления о характере исполнения изучаемых движений.
3. Вырабатываются элементарные навыки танцевальной координации движений: - постановка корпуса, ног, рук и головы (у станка и на середине); понятие «противоход»; - позиции ног: 5 свободных; 5 прямых; 2 закрытых; - позиции и положения рук: подготовительное положение (руки опущены вдоль корпуса); 1, 2, 3 позиции (аналогичны позициям рук в классическом танце); 4-я позиция (руки на талии). Эти позиции рук характерны для всех национальностей.

### **Постановка корпуса.**

Первым требованием при изучении элементов народно-сценического танца, является правильная постановка корпуса без наклона вперед или прогиба в спине назад, со спокойно, естественно опущенными плечами, подтянутым животом и свободно не напряженно, держащейся головой.

### **Позиции ног.**

В народно – сценическом танце применяются те же позиции ног, что и в классическом танце. Однако эти позиции выполняются несколько иначе, а именно менее выворотной, чем в классике.

- открытые (выворотные)
- прямые
- свободные
- закрытые.

### **Позиции рук.**

- 1-я,2-я,3-я позиции аналогичны 1-й,2-й,3-й позициям классического танца;
- подготовительное положение (обе руки свободно опущены вдоль корпуса,

кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу;

- комбинированные положения (одна рука находится в одной из основных позиций, другая в другой позиции).

### **Подготовка к движению (preparation)**

Все упражнения на уроках народно-сценического танца начинают обычно с различных подготовок, они вводят исполнителей в ритм и характер музыки, дают исходное положение, с которого начинается упражнение, направляют внимание на само упражнение.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

### **Экзерсис у станка.**

1. *Demi-plies u grand-plies* (полуприседания и полные приседания)

- плавное

2. *Battement tendu* (упражнение на развитие подвижности стопы)

- с переводом работающей ноги с носка на каблук

- с *demi-plies* на опорной ноге

3. *Battement tendu jetes* (маленькие броски)

- с акцентом «от себя» и «к себе»

4. *Rond de jambe par terre* (круг носком по полу)

- с *demi-plie* на опорной ноге

5. Подготовка к «Веревочке»

- перевод ноги, согнутой в колене, то вперед, то назад

6. Упражнение для бедра

- повороты согнутой ноги коленом то внутрь, то наружу, усложненные вращением в тазобедренном суставе.

7. Дробные выстукивания

- удары всей стопой

- в сочетании с двойным ударом одной ногой

8. *Battement developpe* (раскрывание ноги на 90\*)

- плавное (с сокращенной стопой)

9. *Grand battement jetes* ( большой бросок)

- с сокращенной стопой

**Экзерсис на середине зала.**

1. Ходы и проходки:

- простой бытовой шаг

- переменный ход на всю ступню

- сценический переменный ход

2. Дроби и дробные ходы:

- дробный ход

- переменный дробный ход

3. Движения на месте:

- «ковырялочка»

- «гармошка»

- «елочка»

4. Присядки:

- с выбрасыванием ноги вперед

- боковая присядка с выбрасыванием ноги в сторону

- с «ковырялочкой»

5. Хлопушки:

- тройная хлопушка с притопом

- перескоки с хлопушками.

6. подготовка к вращениям

-припадания по первой прямой позиции по схеме: три на месте, четвертое- в повороте

-подскоки три на месте, четвертое в повороте

- поджатые три на месте, четвертое в повороте
- вращения по диагонали

7.Этюдная работа на материале русского или белорусского танцев.

По окончании каждого полугодия проводится **контрольные уроки** по пройденному материалу.

**По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- основные положения позиций рук и ног в народном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов русского и белорусского танца, освоение данных элементов на середине;
- владеть приемами: «сокращенная стопа», «скошенный подъем»;
- уметь ориентироваться в пространстве: у станка и на середине зала;
- знать движение в различных ракурсах и рисунках;
- уметь исполнять движения в характере русского и белорусского танцев;

### **Второй год обучения(4класс)**

**Основные задачи и навыки:**

1. Изучаются движения у станка (кроме rond de jambe par terre и battement fondu).
2. Развитие элементарных навыков танцевальной координации движений.
3. Все движения и комбинации движений начинаются с открывания рук (I-II позиции, т.е preparation). Изучается 7-я позиция рук (кисть на кисть за спиной). Со II полугодия постепенно соединяются движения ног с переводом рук.
4. Разучиваются несложные танцевальные связки или этюды.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:



## **Экзерсис у станка.**

### 1. Demi-plies и grand-plies

- с подъемом на полупальцы
- с наклоном корпуса

### 2. Battement tendu и Battement tendu jetes

- с Demi-plies опорной ноги

### 3. Rond de jambe par terre

- круг пяткой по полу

### 4. «Веревочка»

- с demi-plie на опорной ноге

### 5. Упражнение для бедра с подъемом на полупальцы.

### 6. Дробные выстукивания:

- ключ простой
- с подскоком.

### 7. Battement developpe

- в сочетании с ударом пятки опорной ноги

### 8. Grand battement jetes

- с demi-plie на опорной ноге

## **Экзерсис на середине зала.**

### 1. «Переменный шаг»

- с притопом и продвижением вперед и назад

### 2. «Веревочка»

- простая с поочередными переступаниями

### 3. «Ковырялочка» с подскоками.

### 4. Дробные движения:

- простая дробь на месте
- двойная дробь

- тройная дробь («в три ножки») на месте и с продвижением вперед
- ключ одинарный с ударом каблуком опорной ноги
- ключ двойной
- семейская дробь

#### 5. Присядки:

- присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытой позициям
- с проскальзыванием на каблуках во 2-ю позицию
- боковая с выбрасыванием ноги в сторону.

#### 6. Вращения:

- на подскоках «полька».

#### 7. Этюдная работа

По окончании каждого полугодия проводится **контрольные уроки** по пройденному материалу.

### **По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- основные движения народно-сценического танца;
- манеру исполнения упражнений и характер в народном танце;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

### **Третий год обучения (5 класс).**

#### **Основные задачи и навыки:**

1. Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях.

2. Усложняется координация рук, ног. Активно включается работа корпуса. Темпы движений остаются умеренными.
3. Движения объединяются в композиционно развёрнутые этюды.
4. Формируются навыки выразительного исполнения движений.
5. Изучается 5-я позиция рук (руки скрещены перед грудью, у девочек - левая рука сверху) и 6-я позиция рук (под затылок).

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

### **Экзерсис у станка.**

1. *Demi-plies u grand-plies* по 1-й прямой позиции с поворотом коленей.
2. *Battement tendu*
  - с выносом ноги на каблук
  - с поворотом стопы в закрытое положение и выведением ноги в сторону
3. *Battement tendu jetes*
  - с одним или двойным ударом ребром каблука работающей ногой по полу
4. *Rond de jambe par terre*
  - с поворотом стопы опорной ноги
  - круг по воздуху ногой с поворотом опорной ноги
4. Двойная «веревочка»
  - подготовка к «веревочке» с прыжком
5. Упражнения для бедра с прыжком
6. *Battement fondu* (низкие развороты работающей ноги)
7. *Flic-Flac* (по всем направлениям)
8. Дробные комбинации
  - чередование ударов полупальцами и каблуками
9. *Battement developpe* с двойным ударом пятки опорной ноги

## 10. *Grand battement jetes.*

### **Экзерсис на середине.**

#### 1. «Моталочка»

#### 2. «Веревочка»

- простая и двойная с «ковырялочкой»

#### 3. Хлопушки и присядки.

#### 4. Вращения по диагонали.

### **Этюдная работа**

В первом полугодии проводится **контрольный урок** по пройденному материалу.

Во втором полугодии - **экзамен.**

### **По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве, на сценической площадке;
- работать в паре и танцевальными группами;
- основные движения русского, татарского и украинского танцев;
- манеру исполнения упражнений и характер в народном танце;
- технику исполнения вращений.

### **Формы и методы контроля.**

Оценка качества реализации программы "Народно-сценический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: зачетах, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков и экзаменов.

### **Методические рекомендации педагогическим работникам**

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

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

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

и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с

программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по народно-сценическому танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.

2. Экзерсис на середине класса.

3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира.

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

## **I. Список рекомендуемой учебной литературы**

### ***Основная литература***

Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка. - Орел, Труд, 1999

Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999, 1 том; 2 том - 2004

Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец. - М., 1976

Климов А. Основы русского народного танца. - М.: Искусство, 1981

Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967

Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974

### ***Дополнительная литература***

1. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002

2. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995

3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: СГУ, 1992

4. Гербек Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
5. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Ферменянц Е., Народно-сценический танец, ч.1. М., 1976.
6. Королева Э. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
7. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев, 1967
8. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
9. Лопухов А., Ширяев А, Бочаров А. Основы характерного танца, Л.-М., 1939
10. Мальми В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск, 1977
11. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
12. Надеждина Н. Русские танцы М., 1950
13. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
14. Стуколкина И. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца. М., 1972
15. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974
16. Устинова Т. Русские народные танцы. М., 1950
16. Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976
17. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970