****

**Пояснительная записка**

Народно – сценический танец в значительной степени расширяет и обогащает исполнительские возможности учащихся, формируя у них качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Обучение народно – сценическому танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивает те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа, дает возможность учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения различных народов, сложностью их темпов ритмов.

Данная программа составлена на основе программы И.П. Гринёва.

Курс народно – сценического танца рассчитан на один год. 68 часов из расчёта 2 часа в неделю.

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

-целенаправленность учебного процесса,

-систематичность и регулярность занятий,

-постепенность в развитии танцевальных данных учащихся,

-строгая последовательность в освоении лексикой и техническими приемами танца.

**Цели:**

-формирование устойчивого интереса к предмету «народно – сценический танец».

-развитие свободной творческой личности учащегося,

-укрепление здоровья,

-сохранение и совершенствование традиций русского народного танца,

-подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцев разных народов,

-воспитание трудолюбия,

-воспитание исполнительской культуры.

**Задачи:**

- всестороннее развитие всех мышц, суставов, связок,

- развитие техники,

- развитие артистичности,

- усвоения стиля и манеры исполнения танцев разных народов,

- развитие ритма.

Образовательная программа «Народно–сценический танец» состоит из 3-х разделов:

* Экзерсис на середине зала.
* Танцевальные упражнения.
* Работа над этюдами.

Все перечисленные разделы связаны между собой, однако, каждый из них имеет свои конкретные задачи:

Экзерсис на середине зала

Раздел включает в себя повороты стопы и бедра, удары стопой, каблуком, полупальцами, движения на присогнутых ногах, движения свободной стопой, плавные и резкие приседания, прыжки, соскоки, подскоки, перескоки, большое значение придается перегибам корпуса и другим упражнениям, отражающим многообразие народно-сценического танца. Каждый  урок включает 6-7 упражнений построенных по принципу чередования: упражнения плавные, мягкие чередуются с упражнениями быстрыми, резкими, упражнения на вытянутых ногах – с упражнениями на присогнутых ногах и т.д. Основу раздела составляют приседания, упражнения на развитие подвижности стопы, маленькие броски, круговые движения ногой, низкие и высокие развороты ноги, дробные выстукивания, подготовка к «веревочке», раскрывание ноги на 90, большие броски. Основной задачей этого раздела является постепенное введение в работу суставно-связочного аппарата. В названии движений сохранена французская терминология, а также употребляются образно-народные названия движений.

Танцевальные упражнения

Раздел включает в себя различные виды танцевальных ходов, дробей, движений, вращений, хлопушек, используемых в народных танцах, причем за основу взяты движения русского народного танца. В каждом классе предлагается изучение основных движений определенных народных танцев. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации, которые из года в год усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса головы, исполняются с продвижением в разных направлениях, комбинируются с другими элементами танца. Основной задачей раздела является постепенное и последовательное развитие и усложнение техники исполнения, силы и выносливости учащихся, приобретение навыков и умения передавать характерные особенности того или иного народного танца.

Работа над этюдами

Раздел включает в себя этюды в характере русских, украинских, белорусских, молдаванских, цыганских, испанских танцев. Каждый этюд должен представлять собой небольшой народный танец. Основной задачей раздела является закрепление полученных знаний и умений упражнений у станка и на середине зала, развитие и совершенствование техники танца, актерского мастерства. Предлагаемые народные танцы рекомендованы для обязательного изучения. Исходя из уровня подготовленности класса, преподавателю разрешается использовать творческую инициативу выбора хореографического материала.

**Формы  контроля.**В конце 1-4 четверти –  контрольный урок, открытый урок по требованиям, соответствующим году обучения.

**Ожидаемые результаты:** по окончании изучения программы по предмету «Народно-сценический танец» выпускники должны;

**Знать:**

-терминологию народно-сценического танца,

-метроритмические раскладки исполнения движения,

-особенности и традиции изучаемых народностей.

**Владеть:**

-культурой исполнения,

-хореографической памятью,

-техникой движения.

**Уметь:**

-передавать в движении сложные ритмические рисунки русских, белорусских, украинских, прибалтийских, польских, молдавских танцев;

-исполнять технически сложные движения народно-сценического танца: вращения, дроби (для девочек), различные виды присядок, «хлопушек» (для мальчиков).

**Критерии оценивания.**

**«5»** - Правильное и музыкальное исполнение пройденных элементов. Достаточно быстрое освоение нового материала. Безукоризненное отношение к работе на уроке. Точное положение рук, головы и корпуса в характере изучаемого национального материала.

**«4»** - Правильная постановка корпуса, ног, рук и головы в экзерсисе у станка и на середине. В исполнении экзерсиса у станка, на середине зала , допущение незначительных ошибок, но грамотное, музыкальное, техничное их исправление. Позитивный настрой в работе.

**«3»** - Не в достаточной степени владение пройденным материалом. Недостаточное выразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, этюдных форм. Невнимательное отношение к музыкальному сопровождению.

**«2» -**Незнание материала. Допущение грубых ошибок. Пропуски занятий.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название темы**  | **Количество часов** |
| **Теория** | **Практика** |
| **I. Введение** | **2** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности  | 1 | 1 |
| **II. Экзерсис на середине зала** | **22** |
| 2. | Постановка корпуса | 2 | 4 |
| 3. | Позиции ног | 2 | 4 |
| 4. | Позиции рук | 2 | 4 |
| 5. | Подготовка к движению | 2 | 4 |
| **III. Танцевальные упражнения и комбинации** | **24** |
| 6. | Русский танец | 2 | 6 |
| 7. | Белорусский танец | 2 | 6 |
| 8. | Украинский танец | 2 | 6 |
| **IV. Работа над этюдами** | **19** |
| 9. | Русский хоровод | 1 | 4 |
| 10. | Русская пляска | 1 | 5 |
| 11. | Белорусский танец | 1 | 3 |
| 12. | Украинский танец | 1 | 3 |
| **V. Итоги** | **1** |
| 13. | Контрольный урок | – | 1 |

**Тематическое планирование**

**Введение.**

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

**Экзерсис на середине зала.**

**Постановка корпуса.**

Первым требованием при изучении элементов экзерсиса на середине зала 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 выворотно, 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.

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

- плавное

- резкое (с акцентом вниз и вверх)

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»

- с demi-plie на опорной ноге

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

- с demi-plie на опорной ноге

- круг пяткой по полу

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. Подготовка к *Flic-Flac* (упражнение со свободной стопой)

8. Дробные выстукивания

- удары всей стопой

- в сочетании с двойным ударом одной ногой

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

- плавное (с сокращенной стопой)

- резкое

10. *Grand battement jetes* ( большой бросок)

- с сокращенной стопой

**Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала.**

**Русский танец.**

**Поклон:**

- на месте без рук и с руками

- с продвижением вперед и отходом назад

1. Позиции рук:

- 1-я,2-я,3-я позиция.

Движения рук в русских одиночных плясках не являются точно установленными. Девушка и юноша пляшут, импровизируя;также и движения рук изменяются в зависимости от музыки.

2. Постановка корпуса:

- у девушки прямой и спокойный

- у юноши корпус более подвижен.

3. Плечи прямые, спокойные.

4. Голова определяется характером танца и подчеркивает его эмоциональное содержание.

5. Ходы и проходки:

- простой бытовой шаг

- переменный ход на всю ступню

- сценический переменный ход

6. Дроби и дробные ходы:

- дробный ход

- переменный дробный ход

7. Движения на месте:

- «ковырялочка»

- «гармошка»

- «елочка»

8. Присядки:

- с выбрасыванием ноги вперед

- боковая присядка с выбрасыванием ноги в сторону

- с «ковырялочкой»

9. Хлопушки:

- тройная хлопушка с притопом

- перескоки с хлопушками.

10. Навыки работы с платком

11. «Переменный шаг»

- с притопом и продвижением вперед и назад

12. «Веревочка»

- простая с поочередными переступаниями

13. «Ковырялочка» с подскоками.

14. 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

15. 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.

16. Вращения:

- на подскоках «полька»

17. «Маятник» в прямом положении

18. «Подбивка»

- на месте

- с двумя переступаниями

19. «Моталочка»

20. Хлопушки и присядки.

21. Вращения по диагонали.

**Белорусский танец.**

1. Положения рук и положения в парах

2. Основные движения белорусского танца:

- основной ход танца «Лявониха»

- боковой ход с подбивкой (галоп)

- притопы в три удара

- основной ход из танца «Крыжачок»

- полька с вращением.

- основной ход танца «Бульба»

3. Присядки

**Украинский танец**

1. Позиции рук:

- женские руки мягкие, плавные, широкие, спокойные.

- мужские руки широкие, спокойные, но более сильные, мужественные.

2. Корпус:

- украинскому женскому танцу свойственны в основном плавные, спокойные движения корпуса.

- в мужских танцах положения корпуса более разнообразны, движения более широки и свободны.

3. Голова исполнителя украинских танцев обычно бывает своюодно и весело приподнята.

4. Движения на месте:

- «бегунец» - стремительный ход вперед

- «тынок» - перескок из стороны в сторону

- медленный женский ход

- боковой ход «Дорижка»

- «Веревочка»

- притопы

- «выхилясник» - подскоки на опорной ноге и с каждым подскоком выносится работающая нога то на носок, то на каблук.

- «выхилясник» с «угинанием» - маленькие подскоки на опорной ноге, то сгибая спереди работающую ногу, то резко выбрасывая ее впереди.

- «упадание»

- «голубец»

\* низкий (женский)

\* высокий (мужской)

\* в сочетании с притопом

- большой «тынок»

5. Присядки:

- «ползунок»

- «мельница»

- «подсечка»

**Работа над этюдами.**

1. Русский хоровод.

2. Русская пляска.

3. Белорусский танец.

4. Русский танец.

5. Украинский танец.

**Итоги.**

Контрольный урок.

**Список литературы**

1. В.Ф.Матвеев «Русский народный танец» теория и методика преподавания
2. Москва «Планета музыки» 2013г.
3. Г.П.Гусев «Методика преподавания народного танца»
4. Москва «Валдос» 2004г.
5. Т.Ткаченко « Народный танец» Госиздат «Искусство» Москва 1954г.
6. Т.Ткаченко «Народные Танцы» Москва «Искусство» 1975г.
7. Е.Васильева «Танец» Москва «Искусство»1968г.