

Министерство образования и науки Республики Казахстан
Техническое и профессиональное образование

Республиканское государственное казенное предприятие
Алматинское хореографическое училище имени А. Селезнева
Министерства культуры и спорта Республики Казахстан

ТИПОВАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

0408000 «Хореографическое искусство»

0408013 «Артист балета»

Алматы 2018

УДК 793
ББК 85.32
А86

Типовая учебная программа по циклу специальных дисциплин специальности 0408000 Хореографическое искусство, квалификации 0408013 Артист балета разработана преподавателями Алматинского хореографического училища имени А. Селезнева

Программа рассмотрена и одобрена Учебно-методическим объединением по специальности 0408000 «Хореографическое искусство», протокол №6 от «26» июля 2017 года.

Председатель УМО  Калиева А.Ж.

Программа рассмотрена и одобрена Республиканским Учебно-методическим советом по вопросам технического и профессионального образования МОН РК.

Протокол № 3 от «1» августа 2017 года

Председатель РУМ 

ISBN 978-601-153-11-3

Типовые учебные программы
Артист балета
Формат 60x84/16.
Типография ТОО «Талгарское УПП ОО КОС»
Г. Талгар, ул. Б.Шолак, 23.

Автор:

Абдулина Н.С. - педагог Алматинского хореографического училища им.А.Селезнева, Почетный работник образования Республики Казахстан.

Эксперты:

Алишева А.Т. - заместитель декана факультета «Хореография», профессор Казахской национальной академии искусств им. Т.Жургенова, Заслуженный деятель Республики Казахстан

Шанкибаева А.Б. - Заведующая кафедрой «Сценическая пластика» факультета «Театральное искусство», профессор Казахской национальной академии искусств им. Т.Жургенова, кандидат искусствоведения.

Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт Министрлігінің "А.Селезнев атындағы Алматы хореографиялық училищесі" РМҚК
КІТАПХАНА
ИНВ.№

Содержание

1 Пояснительная записка	5
2 Планируемые результаты обучения дисциплины	6
3 Тематический план и содержание дисциплины	8
3.1 Тематический план дисциплины.....	8
3.2 Содержание типовой учебной программы дисциплины.....	11
4 Контроль планируемого результата обучения.....	36
5 Литература и средства обучения.....	37

1 Пояснительная записка

Настоящая типовая учебная программа по дисциплине «Народно-сценический танец» разработана в соответствии с Типовыми учебными планами и образовательными учебными программами Технического и профессионального образования, согласно приказу Министра образования и науки Республики Казахстан от 15.06.2015 г. № 384 в редакции от 22 января 2016 года № 72 на базе технического и профессионального образования по специальности 0408000 «Хореографическое искусство» для квалификации 040801 3 «Артист балета».

Цель курса – изучение академических и народно-характерных танцев. Народные танцы, включенные в программу, представляют собой сценическую интерпретацию национального танцевального фольклора разных народов.

Основные задачи курса:

1. Воспитание у обучающихся умения передавать характер, стиль и манеру исполнения народных и академических танцев;
2. Выработка танцевальной техники, развитие выразительности и музыкальности исполнения;
3. Развитие координации движений, широты и свободы жеста.
4. Выявление и развитие творческой индивидуальности каждого обучающегося.

На первом году обучения большая часть урока отводится работе у станка, движения исполняются в характере и манере академических и народных танцев.

Начиная со второго года обучения, большая часть урока отводится работе на середине зала. В качестве дополнительного материала в конце второго года обучения предусматривается введение первоначальных элементов парного танца. В процессе занятий необходимо развивать у обучающихся координацию, чувство ансамбля и умение правильно распределять сценическую площадку.

На третьем году обучения вводится парный танец, усложняется композиционное построение танцевальных этюдов, основная работа переносится на середину зала.

На четвертом и пятом годах обучения особое внимание следует уделять развитию навыков создания хореографических образов в народных и академических танцах, раскрывать индивидуальные способности обучающихся. Педагог может кроме основного материала программы предложить дополнительный материал, который предусматривает возможность более объемного изучения танцев народов мира.

Приступая к изучению того или иного танца, преподаватель должен ознакомить обучающихся с этнографическими особенностями, историческими и географическими условиями жизни народа, повлиявшими на формирование его танцевального искусства.

Для качественного освоения учебного материала рекомендуется использовать мультимедийные средства профессиональной информации: видеоматериалы уроков народно - сценического танца, балетов классического наследия, современных хореографических постановок.

2 Планируемые результаты (компетенции) обучения дисциплины

Индекс цикла (дисциплин)	Народно-сценический танец	Формируемые знания, умения и навыки	Код формируемой компетенции
СД.02	Освоение техники танца (сольного и парного), характера, стиля и манеры исполнения. Постановка корпуса рук, ног и головы. Элементы и движения у станка и на середине зала.	Знания: - профессиональной терминологии; - элементов и основных комбинаций народно-сценического танца. Умения: - принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств. - основ актерского мастерства - исполнять элементы и основные комбинации; - создавать художественный сценический образ в хореографических произведениях; - использовать знания и практический опыт в области хореографического искусства для исполнения народно-характерных партий в балетных и других концертных программах.	БК 1 БК 2 БК 3 ПК 3.1.1 ПК 3.1.2 ПК 3.1.3 ПК 3.1.4 ПК 3.1.5 ПК 3.1.6 ПК 3.1.7 ПК 3.1.8 ПК 3.1.9

Код компетенции	Базовые компетенции
БК 1	- понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес;
БК 2	- быть способным к осознанному, системному действию в профессиональной ситуации, к постановке целей, анализу и планированию своей деятельности, самостоятельным действиям в новых условиях;
БК 3	- быть способным квалифицированно и ответственно выполнять работу, самостоятельно и эффективно решать проблемы в области профессиональной деятельности;
БК 4	- обладать высоким уровнем коммуникативной культуры; быть готовым к позитивному взаимодействию сотрудничеству, соблюдать нравственно-этические нормы поведения;
БК 5	- быть способным самостоятельно пользоваться источниками информации; владеть профессиональной лексикой;
БК 6	- быть способным научно организовать свой труд, готовым к применению информационных технологий в сфере профессиональной деятельности;
БК 7	- быть готовым к постоянному профессиональному росту, приобретению новых знаний;

Уровень ТиПО	Квалификация	Профессиональные компетенции (ПК)
Специалист среднего звена	040801 3 Артист балета	ПК 3.1.1. Иметь представление о роли и значении хореографического искусства в системе культуры, об образцах классического наследия и современного балетного репертуара; ПК 3.1.2. Иметь представление о социальной роли искусства и особенностях его функционирования в современном обществе; ПК 3.1.3. Определять этапы и тенденции истории развития театра, музыки, музыкально-театральных жанров, изобразительного искусства, истории создания и основ композиции классических спектаклей, балетного исполнительства; ПК 3.1.4. Соблюдать принципы воздействия музыкальных и выразительных хореографических средств; ПК 3.1.5. Иметь представление о специальной литературе по профессии и об

		основных нормативно-правовых документах, регламентирующих профессиональную деятельность; ПК 3.1.6. Применять основные этапы балетного исполнительства; ПК 3.1.7. Иметь представление об анатомии и физиологии человека, предотвращении балетного травматизма; ПК 3.1.8. Владеть слуховым анализом строения музыки балетных жанров и форм; ПК 3.1.9. Владеть основами игры на музыкальном инструменте
--	--	--

3 Тематический план и содержание дисциплины

3.1 Тематический план дисциплины

№ п/п	Количество учебного времени при очной форме обучения (час)			
	Наименование разделов и тем	Установленный уровень	Повышенный уровень	Специалист среднего звена
1	2	3	4	5
1	Раздел 1. Изучение простейших элементов и движений народно-сценического танца.			68
2	Тема 1. Постановка корпуса, ног, рук и головы.			
3	Тема 2. Изучение простейших элементов и движений у станка.			
4	Тема 3. Начальное изучение движений польского, венгерского, итальянского и испанского академического танцев.			
5	Тема 4. Начальное изучение движений белорусского народного танца.			
6	Раздел 2. Повторение и закрепление пройденного материала			68

	в более сложных сочетаниях с широким использованием ракурсов.			
7	Тема 1. Изучение новых элементов и движений.			
8	Тема 2. Соединение движений в более объемные (16-32 такта) комбинации с достаточно сложным композиционным рисунком.			
9	Тема 3. Изучение движений русского, польского и венгерского народных танцев.			
10	Тема 4. Изучение движений польского, венгерского, итальянского, испанского академических танцев.			
11	Раздел 3. Введение парного танца. Изучение различных положений парного танца и выработка навыков общения партнеров.			76
12	Тема 1. Изучение движений с прыжком у станка и на середине зала.			
13	Тема 2. Танцевальные этюды на 32-64 такта.			
14	Тема 3. Изучение движений русского, украинского, венгерского, польского народных танцев.			
15	Тема 4. Изучение движений венгерского, польского, итальянского			

	и испанского академических танцев.			
16	Раздел 4. Освоение техники прыжков и вращений. Развернутые танцевальные композиции.			148
17	Тема 1. Изучение движений народных танцев: русского, украинского, грузинского, молдавского, испанского.			
18	Тема 2. Освоение развернутых танцевальных композиций народного танца.			
19	Тема 3. Изучение движений академических танцев: польского, венгерского, итальянского, испанского, цыганского.			
20	Тема 4. Освоение развернутых танцевальных композиций академического танца.			
20	Раздел 5. Дальнейшее совершенствование техники исполнения программного материала. Изучение наиболее сложных движений.			148
21	Тема 1. Изучение танцев и фрагментов из балетных спектаклей и концертных номеров из репертуара ансамблей народного танца.			

22	Тема 2. Дальнейшее развитие и раскрытие творческой индивидуальности обучающихся.			
23	Тема 3. Изучение движений цыганского народного танца и элементов испанских танцев (фламенко, хота).			
24	Всего по дисциплине			508

3.2 Содержание типовой учебной программы дисциплины

Раздел 1 Изучение простейших элементов и движений народно- сценического танца

Тема 1.1 Постановка корпуса, ног рук и головы

Тема 1.2 Изучение простейших элементов и движений у станка (Упражнения у станка)

1. Позиции ног:

а) пять открытых: I, II, III, IV, V – аналогичны пяти позициям классического танца.

б) пять прямых:

I – прямая – ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

II – прямая – ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы;

III – ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги у середины стопы другой;

IV – прямая – ноги поставлены по прямой линии, одна перед другой на расстоянии стопы;

V – прямая – ноги поставлены по прямой линии, каблук одной ноги соприкасается с носком другой ноги;

в) пять свободных: во всех свободных позициях стопы расположены в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями;

г) две закрытых:

I закрытая – ноги повернуты внутрь, носки соприкасаются;

II закрытая – ноги повернуты внутрь и поставлены на расстоянии стопы между носками;

Переводы ног из позиции в позицию:

а) battement tendu;

б) battement tendu jete;

в) повороты стоп;

2. Позиции и положения рук:

а) 1-я и 3-я позиции аналогичны 1-й и 3-й позициям рук классического танца;

2-я позиция аналогична 2-й позиции рук классического танца, но ладони слегка

- повернуты вперед – вверх;
- 4-я позиция – ладони лежат на талии, большой палец сзади, другие, собранные вместе, спереди;
- 5-я позиция – руки скрещенные на уровне груди, не прикасаются к корпусу; пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча, чуть выше локтя, ладонь повернута вниз;
- 6-я позиция – собранные пальцы прикасаются к затылку, локти отведены в сторону, ладонь повернута вперед;
- 7-я позиция – руки скрещены сзади на уровне талии;
- б) подготовительное положение – руки свободно опущены вниз;
- 1-е положение – руки свободные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией, ладони слегка повернуты вперед – вверх;
- 2-е положение – руки свободные в локтях раскрыты в сторону на высоте между 3-й и 2-й позициями, ладони слегка повернуты вверх.
- Preparation:
- а) движение руки;
- б) движение руки в координации с движением ноги.
3. Plié:
- а) demi-plié плавные и резкие по I, II, IV и V позициям;
- б) grand plié по I, II, IV и V открытым и I, IV прямым позициям.
4. Battement tendu вперед, в сторону, назад:
- а) с переводом стопы на ребро каблука;
- б) с переводом стопы на ребро каблука с demi-plie.
5. Battement tendu jeté вперед, в сторону, назад:
- а) с одним ударом стопой по V открытой позиции;
- б) с двумя ударами стопой по V открытой позиции;
- в) с одним или несколькими короткими ударами по полу носком или ребром каблука (piqué).
6. Rond de jambe par terre:
- а) носком, с остановкой в сторону и назад;
- б) ребром каблука с остановкой около стопы опорной ноги (rond de pied).
- в) ребром каблука с остановкой в сторону.
7. Pas tortillé: одинарные и двойные с окончанием на целой стопе и с подъемом на полупальцы.
8. Battement fondu с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое на 45°.
- а) на всей стопе;
- б) с подъемом на полупальцы.
9. Наклоны и перегибания корпуса:
- а) по I и IV прямым позициям на полупальцах на demi-plié (вперед, в сторону, назад).
- б) с ногой, согнутой в прямом положении на 90° на вытянутой ноге на полупальцах.
10. Скольжение по ноге на 90°:
- а) подготовка к «веревочке» на всей стопе, на полупальцах и с подъемом на полупальцы;
- б) подготовка к «веревочке» с проскальзыванием на всей стопе и на полупальцах;

- в) с поворотом колена из открытого положения в закрытое и из закрытого в открытое на всей стопе и с подъемом на полупальцы.
11. Battement développé с одновременным и последующим ударом каблука опорной ноги на demi-plié (вперед, в сторону, назад).
12. Подготовка к чечетке – мазки «от себя» и «к себе» подушечкой стопы по полу:
- а) в открытом положении (вперед, в сторону, назад);
- б) в прямом положении (вперед).
13. Выстукивание русское – удар каблука опорной ноги на demi-plie с выведением работающей ноги вперед, в сторону, назад на 45° и последующим ударом ребра каблука.
14. Выстукивание испанское – zapateado:
- а) поочередные удары каблуками и подушечками стоп по I прямой позиции;
- б) удар стопой с двумя последующими поочередными ударами каблука.
15. Опускание на колено у каблука опорной ноги и на расстоянии стопы:
- а) из I прямой позиции;
- б) с шага лицом к станку.
16. Растяжка в прямом положении:
- а) с наклоном и перегибанием корпуса (лицом к станку и за одну руку).
17. Grand battement jeté с падением на работающую ногу в V открытую позицию (вперед, в сторону, назад):
- а) с одним ударом стопой опорной ноги;
- б) с двумя поочередными ударами (подушечкой стопы и стопой опорной ноги).

Тема 1.3 Начальное изучение движений польского, венгерского итальянского, испанского академических танцев.

Польский академический танец «Мазурка»

1. Положение ног.
2. Положение рук.
3. Волнообразное движение руки.
4. «Ключ» - удар каблуками:
 - а) одинарный;
 - б) двойной
5. «Заключение» (усложненный ключ) – одинарное.
6. Pas balancé.
7. «Голубец» по полу, в прямом положении, с продвижением в сторону.
8. Переборы (pas de bougrée) по I прямой позиции из стороны в сторону с полуприседаниями.
9. Pas gala вперед.

Венгерский академический танец

1. Положение ног.
2. Положение рук.
3. «Ключ» - удар каблуками:

- а) одинарный;
- б) двойной
- 4. «Заключение» (усложненный ключ) – одинарное, двойное.
- 5. Pas balancé с подъёмом на полупальцы.
- 6. Développée – вперед:
- а) с последующими шагами;
- б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги в V открытую позицию сзади.
- 7. «Голубец» по полу, в прямом положении, с продвижением в сторону.
- 8. «Голубец» - в прыжке с двойным ударом стоп по I прямой позиции.
- 9. Переборы (pas de boultée) по I прямой позиции на полупальцах в полуприседании.
- 10. «Веребочка» с проскальзыванием на полупальцах (на месте, с продвижением назад).

Итальянский академический танец «Тарантелла»

- 1. Положение ног.
- 2. Положение рук.
- 3. Движение рук с тамбурином:
- а) мелкие непрерывные – кистью;
- б) с ударами пальцами;
- в) переводы рук в различные положения.
- 4. Проскальзывание назад на одной ноге на demi plié с выведением другой вперед на носок (на месте, с продвижением назад).
- 5. Battement tendu jeté вперед:
- а) с шага и ударом носком по полу (piqué) – с продвижением вперед, назад;
- б) удар носком по полу (piqué) с подскоком – на месте, с продвижением назад;
- в) поочередные удары носком и ребром каблука по полу с подскоками – на месте, с продвижением назад;
- 6. Бег:
- а) pas emboîté sur le cou-de-pied и на 45° сзади – на месте, с продвижением вперед;
- б) pas ballonnée с последующим открыванием ноги вперед.
- 7. Pas balancé с перескока в сторону.
- 8. Соскок во II открытую позицию.
- 9. Подскоки на demi-plié (на месте, с поворотом):
- а) на полупальцах по V свободной позиции;
- б) на одной ноге с ударами ребром каблука и носком по V свободной позиции.

Испанский академический танец

- 1. Положение ног.
- 2. Положение рук.
- 3. Port de bras:
- а) переводы рук в различные позиции и положения;
- б) с круговым перегибанием корпуса, стоя на одной ноге.
- 4. Ход – удлиненные шаги в прямом положении вперед на demi-plié.

5. Zapateado – выстукивания:

- а) поочередные удары подушечкой стоп и каблуками по I прямой позиции;
- б) удар стопой с двумя последующими поочередными ударами каблуков.

Тема 1. 4 Начальное изучение движений белорусского народного танца Белорусский народный танец «Крыжачок»

- 1. Положения ног.
- 2. Положения рук.
- 3. Притопы по I прямой позиции (в полуприседании)
- а) перескок с двумя последующими притопами;
- б) поскок на одной ноге с двумя последующими поочередными притопами.
- 4. Основной ход (на месте, с продвижением вперед, назад, с поворотом).
- 5. Соскок на одну ногу в сторону в полуприседании, с полуповоротом корпуса и последующим ударом подушечкой стопы другой ноги в пол сзади.
- 6. Поворот на трех переступаниях в полуприседании.
- 7. Полуприсядка по I прямой позиции с выведением согнутой ноги вперед в пол и на 35° (мужской).

Раздел 2 Повторение и закрепление пройденного материала в более сложных сочетаниях с широким использованием ракурсов

Тема 2.1 Изучение новых элементов движений.

Тема 2.2 Соединение движений в более объемные (16-32 такта) комбинации с достаточно сложным композиционным рисунком.

(Упражнения у станка)

- 1. Grand plié на полупальцах по I прямой позиции с поворотом коленей.
- 2. Battement tendu:
- а) с ударом каблука опорной ноги (вперед, в сторону, назад);
- б) в сторону, с поворотом ноги в закрытое положение;
- в) в сторону, с поворотом ноги в закрытое положение с demi-plié.
- 3. Battement tendu jeté:
- а) с ударом каблука опорной ноги на demi-plié (вперед, в сторону, назад)
- б) balancé с ударом каблука ударной ноги на demi-plié.
- 4. Rond de jambe par terre с поворотом опорной ноги в закрытое положение и переносом через нее стопы работающей ноги:
- а) носком с остановкой в сторону;
- б) ребром каблука с остановкой назад на demi – plie.
- 5. Pas tortillé с подъемом на полупальцы.
- 6. Battement fondu с поворотом колена работающей ноги из закрытого положения в открытое, на 90° с наклоном корпуса.
- 7. Наклоны и перегибание корпуса с ногой, согнутой в прямом положении на 90° на полупальцах на demi-plié.
- 8. Повороты.
- а) soutenu en tournant (плавный поворот по V открытой позиции на demi – plie).

- б) pirouette en dehors и en dedans, другая нога согнута в прямом положении на 90°
9. Скольжение по ноге на 90° с подъемом на полупальцы, с поворотом колена из открытого положения в закрытое и из закрытого в открытое.
10. Battement développé с одновременным и последующим двойным ударом каблуком опорной ноги на demi-plié.
11. Опускание на колено:
- у носка опорной ноги, с шага;
 - на расстоянии стопы, с прыжка на одну ногу (jeté).
 - на расстоянии стопы с прыжка с двух ног.
12. «Веер» - маленькие броски от щиколотки.
13. «Чечетка» с акцентом «к себе»:
- в открытом положении (вперед, в сторону, назад);
 - в прямом положении (вперед).
14. Растяжка в прямом положении (лицом к станку):
- назад, с перегибанием корпуса, снимая руки со станка;
 - с наклоном корпуса в сторону.
15. Grand battement jeté с полукругом (en dehors, en dedans) в координации с движением руки и корпуса, с падением на работающую ногу в V открытую позицию и двумя поочередными ударами (подушечкой стопы и стопой опорной ноги):
- на всей стопе;
 - с подъемом на полупальцы.
16. Револютад (подготовка, без прыжка, лицом к станку)...
17. Cabriole на 45° в сторону, в прямом положении (лицом к станку).

Тема 2.3 Изучение движений русского, польского и венгерского народных танцев.

Русский народный танец

В русском танце принято три основных свободных и три прямых положения ног, которые соответствуют 1.2.3 прямым и свободным позициям народно-сценического танца. Занятия проводятся на середине зала. Присядки и полуприсядки вначале разучиваются у станка.

- Основные положения ног
- Основные положения рук
- Положения рук, характерные для женского танца (с платочком).
- Наиболее характерные положения рук (мужские)
- Движения рук:
 - переводы в различные положения;
 - навыки обращения с платочком.
- Положения рук в массовых танцах, образующие фигуры:
 - «звездочка»;
 - «круг»;
 - «карусель»;
 - «корзиночка»;
 - «цепочка».

7. Подготовка к началу движения.

8. Шаги:

- простой (с продвижением вперед, назад)
- переменный (с продвижением вперед, назад);
- переменный с притопом, (с продвижением вперед, назад);
- переменный с каблука (с продвижением вперед- мужской шаг);
- девичий с переступанием- два небольших шага, с последующей мягкой приставкой 1 прямую позицию в полуприседание (с продвижением вперед, назад).

9. Поклоны:

- на месте;
- с простыми шагами (вперед, назад).

10. Притоп-удар всей стопой в пол.

11. Дробь:

- «дробная дорожка» - мелкая непрерывная дробь с каблука (на месте, с продвижением вперед);
- дробь с подскоком – на одной ноге с последующим ударом каблуком и всей стопой другой ноги (на месте, с продвижением вперед);
- тройные поочередные выстукивания всей стопой (на месте, с продвижением вперед);
- дробь «в три ножки» - небольшой шаг вперед с ребра каблука на всю стопу с последующим ударом всей стопой другой ноги в прямую позицию в полуприседание.

12. «Гармошка» - одновременные повороты стоп из I свободной позиции в закрытую и обратно (с продвижением в сторону).

13. «Припадание» - с продвижением в сторону и с поворотом:

- из III свободной позиции;
- из III свободной позиции с подъемом на полупальцы;
- из I прямой позиции (на месте и с поворотом)

14. «Ковырялочка» - поочередные удары носком и ребром каблука в пол.

15. «Веребочка» - в свободном положении с проскальзыванием на всей стопе:

- простая – подряд;
- двойная с двумя ударами подушечкой стопы в III свободной позиции сзади;
- простая с переступанием – на всю стопу или ребро каблука спереди.

16. «Маятник» - броски ноги под колено назад – вперед со скользящим ударом подушечкой стопы:

- без подскока;
- с подскоком.

17. «Маталочка» - поочередные броски ног от колена назад-вперед со скользящим ударом подушечкой стопы и подбиванием другой ногой в перекрещенном положении:

- на полупальцах;
- на всей стопе (муж).

18. «Голубец» - небольшой подскок со скользящим ударом внутренними сторонами стоп в I прямой позиции и двумя последующими ударами подушечками стоп в пол (на месте):

- а) подряд;
- б) с двумя последующими переступаниями на всей стопе и на полупальцах.
- 19. «Молоточки» - удар подушечкой стопы в пол ногой, согнутой от колена назад, в прямом положении (на месте, с продвижением вперед, с поворотом).
- 20. «Хлопушки» - одинарные, двойные, тройные хлопки и удары, фиксирующие и скользящие (муж):
 - а) в ладони;
 - б) по бедру;
 - в) по подошве.
 - г) по голенищу
- 21 «Ключ»:
 - а) дробный простой;
 - б) дробный сложный.
- 22. Подготовка к присядкам – полное приседание (муж)
- 23. Полуприсядка (муж):
 - а) с открыванием ноги на ребро каблука;
 - б) с открыванием ноги на 45^0 (вперед, в сторону);
 - в) с одновременным проскальзыванием ног в стороны на ребро каблука - «разножка».
- 24. Прыжки с согнутыми ногами назад и одновременным ударом ладонями по голенищу (муж).

Польский народный танец «Краковяк»

- 1. Положения ног.
- 2. Положения рук.
- 3. Притопы по I прямой позиции:
 - а) перескок с последующим притопом;
 - б) перескок с последующими поочередными притопами.
- 4. «Ключ» - удар каблуками (на вытянутых ногах и с полуприседанием):
 - а) одинарный;
 - б) двойной.
- 5. «Кшесане» - бросок ноги со скользящим ударом ребром каблука в прямом положении вперед на 45^0 и последующее сгибание назад с мазком подушечкой стопы по полу.
- 6. Ходы:
 - а) галоп;
 - б) «цвал» - галоп с подскоком;
 - в) шаг с подскоком и подъемом согнутой ноги вперед в прямом положении (на месте, с продвижением вперед, назад, с поворотом).
- 7. Шаги:
 - а) с броском ноги вперед и прыжком с последующим сгибанием ног в прямом положении;
 - б) с броском ноги вперед с последующим сгибанием ног в прямом положении с полуповоротом.
- 8. «Голубец» - подбивание ноги по I позиции:
 - а) по полу, с продвижением в сторону;
 - б) на 35^0 в маленьком прыжке (на месте, с продвижением в сторону, с поворотом)
- 9. Соскоки:
 - а) на одну ногу с полуповоротом корпуса и последующим ударом в пол

подушечкой стопы другой ноги в прямом положении в сторону.

10. Перескок с ноги на ногу с двумя последующими переступаниями по IV свободной позиции в полуприседании (pas de basque).

Венгерский народный танец.

- 1. Положения ног.
- 2. Положения рук.
- 3. Движения рук:
 - а) круговые по I позиции ладонями вниз или друг к другу;
 - б) круговые по I позиции ладонями вниз или друг к другу со щелчками пальцев.
- 4. Ходы:
 - а) шаг в сторону, вперед или назад с приставкой в I прямую позицию с поочередными полуприседаниями (чардаш);
 - б) шаг в сторону в прямом положении с поворотом стопы другой ноги в открытое положение (чардаш);
 - в) шаг в сторону с двумя ударами другой ногой, ребром каблука по II позиции в открытом положении в полуприседании и в прямом, вытягивая колени (чардаш);
 - г) выведение ноги на ребро каблука в прямом положении вперед и шаг на нее в небольшое полуприседание.
- 5. Переступания:
 - а) перескок в сторону с двумя переступаниями и полуприседаниями по II прямой позиции;
 - б) перескок в сторону в прямом положении с двумя переступаниями: одной ногой спереди на ребро каблука, другой сзади на полупальцы;
 - в) перескок в сторону с двумя переступаниями в перекрешенное положение: одной ногой сзади на полупальцы, другой спереди на всю стопу.
- 6. Резкие тройные полуповороты бедер и ног по V свободной позиции и соскоком на одну ногу в полуприседание:
 - а) на полупальцах;
 - б) на двух подскоках на полупальцах.
- 7. «Люлька» - шаг вперед в прямом положении в полуприседание с подведением другой ноги на носок сзади и последующим шагом назад (колени вытянуто) и подведением другой ноги на носок спереди.
- 8. «Ключ» - соскок во II закрытую позицию в полуприседании и удар стопами по I прямой позиции.
- 9. «Боказо» - («ключ»):
 - а) жесткий – отведение согнутой ноги в прямом положении в сторону с акцентированной приставкой в I прямую позицию;
 - б) мягкий – отведение согнутой ноги в прямом положении в сторону с подъемом на полупальцы и мягкой приставкой в I прямую позицию в полуприседание.
- в) «леги боказо» - прыжок с разведением ног в сторону и ударом внутренними сторонами стоп по I прямой позиции.

Тема 2.4 Изучение движений польского, венгерского, итальянского, испанского академических танцев

Польский академический танец.

1. «Заключение» (усложненный «ключ»):

а) двойное;

б) двойное в повороте.

2. Pas de bourrée:

а) акцентированное по I позиции из стороны в сторону с demi-plié.

б) по V свободной позиции спереди назад и наоборот с demi-plié.

3. Pas gala вперед с акцентированным выведением ноги.

4. Pas marché.

5. «Отбианэ» (вперед) – скольжение ногой вперед с последующим подбиванием ее другой ногой сзади на demi - plié.

6. «Cabriole» - по полу подряд, с продвижением в сторону.

Венгерский академический танец

1. Développé вперед:

а) с проскальзыванием на опорной ноге;

б) с подбивания другой ногой сзади по V открытой позиции.

2. Шаг в сторону на полупальцы с приставкой в I прямую позицию и опусканием на всю стопу.

3. «Заключение» (усложненный «ключ» двойной в повороте).

4. «Веребочка» с проскальзыванием на полупальцах в повороте.

5. Pas de bourrée по V свободной позиции спереди назад и наоборот на полупальцах на demi - plié.

6. Опускание на колено с шага.

7. «Голубец» - по полу подряд, с продвижением в сторону.

Итальянский академический танец «Тарантелла»

1. Pas de basque (тройные перескоки) по I прямой позиции с согнутыми вперед коленями на 90° (на месте, с продвижением вперед и назад, с поворотом).

2. Подскоки на одной ноге на demi-plié:

а) на полупальцах (другая нога sur le cou - de pied сзади) – на месте, с поворотом en dedans, en dehors;

б) на всей стопе или на полупальцах в позе attitude в перед и назад на 45° и 90° – на месте, с продвижением вперед и назад, с поворотом en dedans, en dehors;

в) на всей стопе в позе arabesque на 45° и 90° с продвижением вперед и назад, с поворотом en dedans, en dehors;

3. Повороты en dedans, en dehors;

а) поочередными переступаниями V свободной позиции на полупальцах demi-plié;

б) pirouette en dedans, en dehors.

4. Подбивание ноги вперед другой ногой сзади по V свободной позиции на полупальцах на demi-plié – с продвижением вперед, с поворотом en dedans, en dehors.

Испанский академический танец.

1. Port de bras с круговым перегибанием корпуса, с растяжкой и переходом на другую ногу.

2. Ходы – удлиненные шаги в прямом положении:

а) назад на demi-plié;

б) шаг вперед в demi-plié с двумя переступаниями по I прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами вперед;

в) шаг вперед в прямом положении с последующим подведением и ударом другой ноги по I позиции.

3. Выстукивания – шаг по диагонали вперед или назад, с одним или двумя ударами подушечкой стопы по V свободной позиции, сзади или спереди.

4. Соскоки:

а) в I прямую позицию на всю стопу в demi-plié;

б) в I, IV прямые и V свободные позиции на полупальцы в demi-plié.

5. Pas balancé с удлиненного шага в сторону.

6. Pas de basque – шаг вперед на demi-plié с одновременным выведением другой вытянутой ноги на носок вперед, с последующим шагом на нее и подведением другой ноги сзади в V свободную позицию на полупальцы.

7. Pas glissade – шаг в сторону в demi - plié со скользящим подведением другой ноги в V открытую позицию вперед на полупальцы и последующим переходом на нее в demi-plié (на опорной ноге в полуприседании).

Раздел 3 Введение парного танца. Изучение различных положений парного танца и выработка навыков общения партнеров.

Тема 3.1 Изучение движений с прыжком у станка и на середине зала (упражнения у станка)

1. Grand plié по I, II, V открытым позициям с наклоном корпуса.

2. Battement tendu jeté:

а) balancé со встречным проскальзыванием на оперной ноге в полуприседании;

б) встречные броски на 45° – «ножницы»;

3. «Восьмерка» - круговые скольжения (rond de jambe par terre) спереди и сзади в координации с движением руки:

а) на вытянутой ноге;

б) с demi - plié.

4. Pas tortillé с прыжка

5. Подготовка к «веревочке» с прыжком

6. «Веер» - маленькие броски от щиколотки с подскоками

7. «Чечетка» с акцентом от «себя»:

а) в открытом положении (вперед, в сторону, назад);

б) в прямом положении вперед

8. Повороты:

а) плавный полуповорот по IV открытой позиции на полупальцах на demi-plié с перегибанием корпуса;

б) 2 pirouettes en dedans, en dehors на вытянутой ноге и на demi-plié, другая нога

согнута в прямом положении на 90°.

9. Battement développé с прыжка с поджатыми ногами (вперед, в сторону, назад).

10. Grand battement jeté с прыжком:

а) с падением на работающую ногу в V открытую позицию и двумя ударами (подушечкой стопы и всей стопой опорной ноги);

б) полукругом с падением на работающую ногу в V открытую позицию с двумя ударами (подушечкой стопы и всей стопой опорной ноги) в координации с движением руки и корпуса;

в) «ножницы» - поочередные встречные броски вперед.

11. Волнообразное перегибание корпуса «кольцо» с grand plié по I прямой позиции (лицом к станку).

12. Револютад (лицом к станку на 45° и на 90° (муж.).

13. Обертас – растяжка назад в прямом положении с последующим полуповоротом и остановкой на ребро каблука (муж.).

14. «Большой cabriole» (украинский) – прыжок (с шага в перекрещенное положение) с ударом стопами согнутых ног на 90° в открытом положении с последующим открыванием ноги в сторону.

15. «Штопор» - полуповороты бедер и ног.

Тема 3.2 Танцевальные этюды на 32-64 такта

Тема 3.3 Изучение движений русского, украинского, венгерского, польского народных танцев

Русский народный танец

1. Положение корпуса и рук в парном танце

2. Ходы «кадрили»:

а) «шаркающий – скользкий» - поочередные шаги, скользя всей стопой по полу, слегка приседая и поднимаясь, на каждом шаге (с продвижением вперед);

б) «уральские шестеры» - подскок на одной ноге на низких полупальцах с последующим ударом в пол подушечкой стопы другой согнутой ноги в прямом положении сзади и отбрасыванием ее от колена назад с одновременным вторым подскоком (на месте, с продвижением вперед);

в) «дробный ключ» (сложный в повороте).

3. «Припадание» - с продвижением в сторону: из III свободной позиции с подъемом на полупальцы и двумя ударами подушечкой стопы.

4. «Переборы» - с перескока из III свободной позиции два удара подушечкой стопы одной ногой впереди, другой сзади (на месте, с продвижением в сторону, с поворотом).

5. «Тройная» веревочка – двойная веревочка с последующим перебором.

6. Вращения:

а) повороты на припадании;

б) «молоточки» с поворотом;

в) поворот в прыжке с поджатой ногой сзади и одновременным ударом ладони по голенищу (муж.).

7. Полуприсядка (муж.):

а) с «ковырялочкой»;

б) с подъемом на полупальцы во II закрытую позицию (колени присогнуты) с последующей «разножкой» в сторону.

8. Полная присядка – «ползунок» (муж.) – поочередные открывания ног вперед или в сторону на ребро каблука, в полном приседании с вытягиванием коленей.

9. «Разножка» - прыжок с открыванием вытянутых ног в стороны на 90° и резким наклоном корпуса вперед (руками коснуться вытянутых ног).

10. Дробь:

а) «дробный ключ» (сложный в повороте);

б) «разговорная» (жен.) три движения «дробной дорожки с последующим поочередным коротким ударом всей стопой в пол (с продвижением вперед).

Украинский народный танец «Гопак», «Веснянка»

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. Положения корпуса и рук в парном танце.

4. Притоп – перескок с двумя поочередными ударами стоп по I прямой позиции.

5. «Выхлясник» - два поочередных удара носком в закрытом положении и ребром каблука в свободном положении, с подскоками на низких полупальцах.

6. «Угинание» - сгибание к щиколотке и открывание ноги в свободном положении вперед с одновременными подскоками.

7. «Выступы» - шаг вперед на одну ногу на низкие полупальцы с последующим подбиванием ее другой ногой сзади.

8. «Веребочка» - (колени свободные) – на месте, с продвижением назад, с поворотом.

9. Ходы:

а) «бигунец»;

б) «дорижка проста» (припадание) – шаг в сторону с последующим переступанием по III свободной позиции;

в) «дорижка плетена» (припадание) – шаги в сторону с последующими поочередными переступаниями в перекрещенное положение спереди и сзади;

г) «поход – вильный» - стелющие прыжки вперед, в длину.

10. «Тынок» (на месте, с продвижением вперед, с поворотом):

а) на трех переступания;

б) с поскака и двумя переступаниями;

в) с перескока, ударом и переступанием.

11. «Плесканцы» - поворот наружу с подскока на одной ноге и открывания другой в сторону с двумя последующими переступаниями по V свободной позиции на полупальцах (колени свободные).

12. «Голубец» на 35° в маленьком прыжке на месте, с продвижением вперед, с поворотом.

13. Присядки (муж):

а) «разножка» - полное приседание с последующим проскальзыванием в сторону на ребро каблука;

б) полное приседание с последующим отскоком в сторону в полуприседании с открыванием другой ноги в сторону на 45°.

Венгерский народный танец

1. Положения корпуса и рук в парном танце («Чардаш»).
2. Движения рук:
 - а) покачивания из стороны в сторону согнутых перед собой рук ладонями вперед (жен.);
 - б) круговые движения внутрь согнутой перед собой руки ладонью вперед;
 - в) круговые поочередные непрерывные движения внутрь согнутых перед собой рук ладонями вперед.
3. «Цифро» («веревочка») с подъемом на полупальцы:
 - а) с акцентированным окончанием в полуприседание в IV открытую позицию сзади (нога, стоящая впереди, на полупальцах);
 - б) с окончанием в V свободную позицию в полуприседание и последующим вытягиванием обеих ног и полуприседанием на ноге, стоящей сзади (нога, стоящая впереди, на полупальцах).
4. Перебор из стороны в сторону по I прямой позиции на полупальцах с сомкнутыми коленями.
5. «Лиги – боказо» («голубцы») – прыжок с двойным ударом стоп по I прямой позиции во II и заключительный удар стопами по I прямой позиции.
6. Ходы (в прямом положении):
 - а) подскоки на одной ноге и удары носком или ребром каблука в пол ногой, открытой вперед или в сторону с последующим перескоком на нее вперед в полуприседание;
 - б) одновременное проскальзывание одной ногой вперед, другой назад на полупальцы с последующим встречным скольжением с носка на полупальцы назад и шагом вперед в полуприседание;
 - в) подскоки на одной ноге и удары ребром каблука в пол другой ногой, открытой вперед в перекрещенном положении с последующими двумя перескоками и подскоком с отбрасыванием согнутой ноги (с продвижением в сторону, вперед, назад).
7. Резкие полуповороты бедер и ног с подскоками на одной ноге на полупальцах, с ударами носком вперед – в открытом, в сторону – в прямом положениях и перескоком на нее вперед.
8. «Хлопушки» - фиксирующие и скользящие (муж):
 - а) в ладоши;
 - б) по бедру;
 - в) по голенищу;
 - г) по каблуку.
9. Вращения в паре:
 - а) соскок на одну ногу в полуприседание, другая согнута назад в прямом положении с окончанием в I прямую позицию на полупальцы (колени вытянуты);
 - б) перескок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы с одновременным поворотом бедер, другая нога открыта вперед на 45°, соскок на нее в перекрещенное положение вперед с поворотом бедер;
 - в) шаг на ребро каблука в перекрещенное положение с приставкой в I прямую

позицию в полуприседание, с полуповоротами бедер.

10. Повороты девушки за одну руку:

- а) на одной ноге на полупальцах (другая нога у шиколотки в прямом положении);
- б) по I свободной позиции на ребре каблуков.

Тема 3.4 Изучение движений венгерского, польского, итальянского и испанского академических танцев

Венгерский академический танец.

1. Положения корпуса и рук в парном танце.
2. Développé вперед с подбивания другой ногой сзади в прыжке.
3. Dos à dos на различных движениях.
4. Подготовка к парному вращению:
 - а) с окончанием ударом всей стопой в пол в прямом положении вперед на demi-plié;
 - б) с остановкой на носок назад.
5. Вращение в паре en dedans.
6. Pirouette девушки за одну руку en dedans, en dehors:
 - а) с шага на всю стопу и последующим подъемом на полупальцы;
 - б) с шага на полупальцы.
7. Опускание на колено (муж):
 - а) с броска ноги вперед с прыжком;
 - б) с прыжка с двух ног.
8. Cabriole – в сторону на 45° в прямом положении.
9. Поддержка девушки за талию – одна нога девушки на demi-plié, другая вытянута вперед на носок, корпус откинут назад на руку юноши, стоящего на выпаде.

Польский академический танец «Мазурка»

1. Положения корпуса и рук в парном танце.
2. «Отбианэ» (назад) – скольжение ногой назад с последующим подбиванием ее другой ногой спереди на demi-plié.
3. Dos à dos на различных движениях.
4. Подготовка к парному вращению с акцентированным ударом всей стопой в пол спереди (колено присогнуто).
5. Вращения в паре en dedans.
6. Pirouette девушки за одну руку en dedans, en dehors:
 - а) с шага на всю стопу и последующим подъемом на полупальцы;
 - б) с шага на полупальцы.
7. Опускания на колено (муж):
 - а) с шага;
 - б) с соскоком.
8. Обвод девушки за руку:
 - а) в положении партнера, стоя на выпаде;
 - б) в положении партнера, стоя на колене.
9. Cabriole – в сторону на 45° в прямом положении.
10. Обертас (муж).

Итальянский академический танец «Тарантелла»

1. Положения корпуса и рук в парном танце.
2. Dos à dos на различных движениях.
3. Вращения в паре en dedans:
 - а) на подскоках по V свободной позиции на полупальцах на demi-plié;
 - б) на подскоках на одной ноге в позе attitude вперед на 45° и 90°;
 - в) pas emboîté sur le cou-de-pied сзади или attitude назад на 45°.
4. Pas de chat.
5. Повороты с продвижением по диагонали вперед:
 - а) glissade en tournant;
 - б) tour piqué.

Испанский академический танец

1. Port de bras с наклонами и перегибаниями корпуса:
 - а) с круговым перегибанием, стоя на колене;
 - б) с перегибанием в сторону на растяжке в сторону в прямом положении.
2. Pas glissade – шаг в сторону со скользящим подведением другой ноги вперед в V открытую позицию, в полуприседании.
3. Pas balancé с броска ноги в сторону или вперед:
 - а) с подъема на полупальцы;
 - б) с прыжка.
4. Dos à dos на различных движениях.
5. Pas de basque – круговое движение правой ногой по полу с последующим шагом на левую на полупальцы вперед и подведением правой ноги к икре сзади и окончанием в V свободную позицию на полупальцах.
6. Sissonne ouverte в сторону на 45°.
7. Опускание на колено:
 - а) с прыжка;
 - б) с pas failli.

Раздел 4 Освоение техники прыжков и вращений. Развернутые танцевальные композиции

Тема 4. 1 Изучение движений народных танцев: русского, украинского, грузинского, молдавского, испанского

Тема 4. 2 Освоение развернутых танцевальных композиций народного танца

Русский народный танец

1. Проходки:
 - а) «девичья проходка» - скользящий шаг на полупальцы с приставкой другой ноги на полупальцы и последующим шагом на всю стопу в полуприседание с одновременным сгибанием другой ноги в прямом положении сзади;
 - б) «девичья проходка плавная» - шаг в полуприседание с последующими переступаниями одной ногой сзади на полупальцы, другой спереди на всю стопу

с вытянутым коленом;

в) «проходка с вывертом ноги» - шаг правой ногой с одновременным броском левой ноги вперед и последующим круговым движением от колена внутрь с подскоком и последующим круговым движением от колена наружу, с одновременным подскоком и полуповоротом корпуса (муж.).

2. Дроби:

а) «в три листика» - двойной дробный удар с одновременным сгибанием другой ноги от колена назад в прямом положении с последующим перескоком на нее (жен.);

б) три поочередных выстукивания подушечками стоп в полуприседании с последующим перескоком на одну ногу в полуприседание и открыванием другой на ребро каблука.

3. «Ползунок» - в полном приседании поочередные открывания ног вперед или в сторону на воздух, с вытягиванием коленей (факультативно).

4. Вращение:

а) бег с отбрасыванием согнутых ног назад – на месте, по диагонали, кругу (жен.);

б) поворот в прыжке с поджатыми впереди корпуса ногами в свободном положении (муж.).

5. «Щучка» - прыжок с согнутыми в прямом положении ногами и резким открыванием ног вперед с одновременным наклоном корпуса к ногам (руками коснуться вытянутых стоп) – (муж.).

Украинский народный танец «Гопак»

1. «Тынок» - перескок на большом прыжке с согнутыми коленями на 90° (на месте, с продвижением вперед, с поворотом).

2. «Яструб» - прыжок с согнутыми коленями в открытом положении с соединенными стопами (след в след).

3. «Разножка» - прыжок с одновременным открыванием ног в стороны (с наклоном корпуса вперед).

4. «Большой голубец» - прыжок с ударами стоп согнутых ног на 90°

Грузинский народный танец «Картули»

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. Движения кисти – «хелсартави» (наружу и внутрь):

а) полные повороты в запястье;

б) неполные повороты в запястье.

4. Движения рук:

а) плавные переводы:

б) «самтиулуро» - сгибание рук с взмахом: одной рукой спереди (перед грудью), другой сзади (на уровне талии) – муж.;

в) «чагреха» - круговые поочередные переводы от предплечья (муж.).

5. Ходы:

а) «сада сриала» - простой скользящий ход: шаг вперед с пятки на всю стопу в

прямом положении с двумя последующими скользящими шагами на полупальцах;

б) «сриала эрцгеребзе» - скользящий ход на полупальцах;

в) «ртугла» - усложненный ход: шаг вперед с пятки на всю стопу в прямом положении с двумя последующими скользящими шагами – одной ногой, согнутой в колене, на полупальцы, другой - вытянутой, на всю стопу по I прямой позиции;

г) «мухлура» - шаг вперед с пятки на всю стопу в прямом положении с последующим проскальзыванием или прыжком, другая нога согнута в прямом положении стопой у колена (муж.);

д) «свала» - тройные переступания на полупальцах по I прямой позиции с ударом подушечкой стопы на полу (на месте, с продвижением в сторону, назад, с поворотом).

6. «Гасма» - скользящее движение ног:

а) «сада сриала гасма» - три поочередных встречных скольжения на низких полупальцах в прямом положении;

б) «сарули гасма» - три поочередных встречных скольжения на низких полупальцах вперед в прямом положении с остановкой на пальцы у носка другой ноги;

в) «чакрули гасма» - удар подушечкой стопы в пол по V прямой позиции сзади и одновременное проскальзывание на низких полупальцах вперед, с двумя последующими встречными скольжениями на низких полупальцах.

Движения из танцев «Мтиулури», «Мхедрули» и др.

1. «Чаквра» - ударные движения ног (муж):

а) «сада чаквра» - два подскока на одной ноге с поочередными ударами пяткой и пальцами перед носком другой ноги в прямом положении;

б) «гахснили чаквра» - два подскока на одной ноге с поочередными ударами пяткой в открытом положении спереди и пальцами в закрытом положении в сторону;

в) «пехшили чаквра» - полуприседание по V открытой позиции с последующим вскоком на полупальцы (или пальцы – факультативно) во II закрытую позицию.

2. «Дахвевит бруни» (муж) – поворот «мотком»: поворот внутрь с шага вперед с последующим шагом на другую ногу.

Молдавский народный танец «Хора», «Молдавеняска»

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. Положения корпуса в парном танце.

4. Ходы:

а) «дорожка» - плавные поочередные шаги в перекрещенное положение в полуприседание на всю стопу вперед и на полупальцы назад (с продвижением в сторону);

б) шаг в сторону на всю стопу с последующим подъемом на полупальцы и подниманием другой ноги вперед в перекрещенное положение на 45^0 ;

в) шаг в сторону с ударом стопой в пол в полуприседание с одновременным броском другой ноги вперед в перекрещенное положение на 45^0 и с подскоком;

г) шаг с последующим подскоком и одновременным подниманием другой согнутой ноги вперед в прямом положении на 90^0 ;

д) шаг или прыжок в сторону на вытянутую ногу на полупальцы или в приседании с подбиванием другой ногой, подводящейся к икре сзади;

е) бег вперед с отбрасыванием согнутых ног назад в прямом положении;

ж) маленькие переступания на полупальцах в полуприседании по I прямой позиции (на месте, с продвижением в сторону).

5. Шаг вперед или назад с подъемом на полупальцы и подниманием другой ноги назад или вперед на 35^0 (жен.).

6. Шаг вперед на ребро каблука с носком на всю стопу в полуприседание и броском согнутой ноги назад на 45^0 и 90^0 .

7. Прыжок с поджатыми ногами в прямом положении.

8. Вращение в паре внутрь и наружу (на ранее пройденных движениях).

9. Подъем девушки за талию на месте и с переносом (ноги девушки поджаты в прямом положении).

Элементы испанских танцев «Севильяны» и «Фламенко»

1. Постановка корпуса

2. Позиции ног

а) малые:

I позиция-аналогична I прямой позиции народно-сценического танца;

II позиция- аналогична V прямой позиции народно-сценического танца; колено левой ноги вытянуто, правой – согнуто;

III позиция- стопа левой ноги в прямом положении, стопа правой ноги в открытом положении, каблук у носка левой стопы спереди (образуют прямой угол), колено левой ноги вытянуто, правой- согнуто;

IV позиция-стопа левой ноги в прямом положении, стопа правой ноги в открытом положении каблук у каблука левой стопы (образуют прямой угол), колено левой ноги вытянуто, правой согнуто;

V позиция – ноги в перекрещенном положении, стопа левой ноги в прямом положении, стопа правой ноги в открытом, носком у каблука левой стопы сзади (образуют прямой угол), колено левой ноги согнуто, правой – вытянуто;

VI позиция – ноги в перекрещенном положении, стопа левой ноги в прямом положении, стопа правой ноги в открытом, носком у носка левой стопы сзади (образуют прямой угол), колено левой ноги согнуто, правой – вытянуто;

VII позиция – ноги поставлены рядом в перекрещенном положении, соприкасаясь внешними сторонами стоп;

б) большие: положения ног в больших позициях аналогичны положениям ног в малых позициях, но ноги поставлены на расстоянии стопы друг от друга.

3. Позиции рук:

а) округлые позиции:

1-я позиция – руки опущены вниз и согнуты в запястье ладонями вверх, чуть ниже талии;

2-я позиция – аналогична 1-ой позиции народно – сценического танца, но руки на уровне груди;

3-я позиция – аналогична 3-ей позиции народно – сценического танца, руки согнуты в запястьях ладонями вниз на небольшом расстоянии между кистями;

4-я позиция – руки подняты в сторону на уровне плеч и округло согнуты в локтях предплечьями вверх, ладони повернуты к себе;

5-я позиция – руки подняты в стороны на уровне плеч и согнуты в локтях предплечьями вниз, ладони повернуты назад;

6-я позиция – руки согнуты сзади корпуса, локти направлены в сторону, кисти чуть ниже талии, ладони повернуты вверх;

7-я позиция – аналогична 2-ой позиции народно – сценического танца, руки согнуты в запястьях ладонями к себе;

б) удлинённые позиции (т.е. руки полностью не выпрямляются, но значительно меньше округлены в локтях) – аналогичны округлым (в 1,2,6 позициях руки могут быть перекрещены в запястьях; в 1,2,3,4,6 позициях кисти могут быть повернуты ладонями друг от друга, а в 7-й позиции ладонями назад).

4. Основные специфические положения рук:

а) ладони на талии или на бёдрах, локти направлены назад;

б) ладони на уровне талии, не касаются корпуса, локти направлены назад, собранные пальцы вытянуты и направлены вперёд;

в) придерживая бомбетку четырьмя пальцами спереди или снизу по сторонам, локти направлены в стороны (муж.);

г) одна рука на талии, другая лежит ладонью на её кисти.

5. Положения кисти:

а) рука согнута в запястье, ладонь повернута внутрь или наружу, пальцы округлые, большой и средний собраны (условно держат кастаньеты);

б) рука согнута в запястье, ладонь повернута внутрь или наружу, средний и безымянный пальцы согнуты, остальные вытянуты;

в) пальцы собраны и вытянуты (муж).

6. Движения кисти:

а) полные повороты и полуповороты в запястье внутрь и наружу;

б) полные повороты и полуповороты в запястье внутрь и наружу с движениями пальцев «веером»;

в) щелчки двумя пальцами.

7. Движения округлых или удлинённых рук:

а) переводы из позиции в позицию;

б) круговые переводы – одновременные, поочередные по малому, среднему и большому кругу внутрь или наружу;

в) переводы из позиции в позицию и круговые переводы с полуповоротами или полными поворотами кисти внутрь или наружу.

8. Хлопки (фламенко):

а) звонкие – собранными и вытянутыми пальцами по середине ладони другой руки;

б) глухие – ладонью одной руки поперек другой.

9. Ходы (фламенко):

а) шаги на полупальцах по VII малой позиции с поочередным сгибанием ног вперед на 45° и на 90° в прямом или перекрещенном положении, с продвижением

вперед и с поворотом;

б) шаг в сторону с ударом подушечкой стопы в пол в прямом положении в полуприседании с последующим подведением другой ноги в III малую позицию спереди и ударом всей стопой в пол.

10. Соскок с одновременным скользким открыванием ног в стороны в прямом положении (одной ногой на всю стопу в полуприседание, другой – на полупальцы, колено вытянуто) с последующим соскоком в I малую позицию на полупальцы в полуприседание (фламенко).

11. Из III малой позиции шаг в сторону левой ногой в прямом положении с последующим подведением правой ноги носком по полу и ударом подушечкой стопы по III малой позиции спереди в открытом положении (фламенко).

12. Резкое скольжение в прямом положении одной ногой вперед или в сторону с подбивания ее другой ногой (фламенко).

13. Круговое движение ногой (*rond de jambe en dedans* или *en dehors*) с одновременным поворотом корпуса (севильяна и фламенко):

а) из V малой позиции шаг вперед в прямом положении с последующим круговым движением подушечкой стопы другой ноги по полу *en dedans* в V малую позицию, колени присогнуты;

б) из V малой позиции шаг назад в открытом положении с последующим круговым движением подушечкой стопы другой ноги по полу *en dehors* в V малую позицию, колени присогнуты;

в) из V малой позиции шаг вперед или назад с последующим круговым броском другой ноги на 90° и ударом подушечкой стопы в пол по V большой позиции спереди.

14. Шаг вперед или в сторону на всю стопу или с подъемом на полупальцы с последующим броском другой, согнутой в открытом положении ноги вперед на 45° или 90° с полуповоротом и наклоном корпуса (севильяна и фламенко).

15. Пассада (*dos à dos*) с шага вперед и последующим броском вперед другой, согнутой в открытом положении, ноги на 45° или на 90° с полуповоротом корпуса (севильяна).

16. Поочередные переступания (*pas de bourree suivi*) по III малой позиции на полупальцах со свободными коленями в полуприседании с продвижением в сторону (фламенко).

17. Из III малой позиции шаг правой ногой в сторону в III большую в открытом положении, с приставлением левой ноги назад в III малую позицию, с последующим подъемом на полупальцы на левой ноге и переносом правой ноги назад в III малую позицию в прямом положении, с одновременным полуповоротом корпуса. Движение выполняется в полуприседании (севильяна и фламенко).

18. Шаг левой ногой в сторону в прямом положении в полуприседание с поворотом и наклоном корпуса вперед направо и ударом носком правой присогнутой (*piqué*) в сторону в открытом положении и тремя последующими переступаниями (*pas de bourrée*) – «севильяна».

19. Выстукивания по малым и большим I, II, III, IV, V, VII позициям - всей стопой, подушечкой стопы, каблуком, носком, ребром каблука: одинарные, двойные, тройные, четверные и комбинированные (фламенко).

20. Повороты по VII малой позиции на полупальцах (*soutenu en tournant en dedans*):

а) с переноса согнутой ноги вперед из I малой в VII малую позицию («севильяна»);

б) с «метелкой» (flic-flac) из I малой в VII малую позицию (фламенко).

21. Опускание на колено на расстоянии шага между каблук и коленом (обе ноги на полупальцах) – фламенко.

Тема 4.3 Изучение движений академических танцев: польского, венгерского, итальянского, испанского, цыганского

Тема 4.4 Освоение развернутых танцевальных композиций академического танца

Польский академический танец «Мазурка»

1. Pas gala:

а) назад;

б) вперед с поворотом.

2. Подготовка к парному вращению с поворота:

а) с шага;

б) dos à dos.

3. Вращения в паре en dedans и en dehors с различными положениями рук.

4. Pirouette девушки за скрещенные руки en dedans и en dehors:

а) с шага на всю стопу и последующим подъемом на полупальцы;

б) с шага на полупальцы.

5. Опускание на колено с броска ноги вперед и одновременного проскальзывания на опорной ноге (муж.).

6. Обертас в паре (в чередовании с вальсом или подряд).

Венгерский академический танец.

1. Pirouette девушки за скрещенные руки en dedans, en dehors:

а) с шага на полупальцы;

б) из положения на колене.

2. Cabriole на 90° в прямом положении (муж.).

3. Développé вперед:

а) с прыжка с поджатыми ногами на 90° (муж.);

б) с cabriole на 45° и 90°.

4. Вращения в паре:

а) en dehors;

б) с различными положениями рук парного танца.

5. Подъем и перенос девушки за талию:

а) двумя руками – нога девушки согнута сзади у колена в открытом положении или обе ноги поджаты;

б) одной рукой – девушка в позе attitude назад на 45° и 90°.

6. Револьтад на 45° и 90° (муж.).

Итальянский академический танец «Тарантелла»

1. Маленькие броски от щиколотки с подскоками на полупальцах:

а) вперед в открытом и прямом положениях (на месте, с продвижением вперед, с

поворотом);

б) «веер».

2. Balançoir со встречным проскальзыванием на опорной ноге.

3. Повороты en dedans по кругу в координации с различными движениями рук:

а) glissade en tournant на demi-plié;

б) tour piqué.

4. Вращения в паре en dedans, en dehors:

а) на ранее пройденных движениях;

б) с подбиванием сзади вытянутой ноги вперед по V открытой позиции.

5. Прыжок девушки с поджатыми ногами на согнутую ногу юноши, стоящего на выпаде.

6. «Ножницы» - поочередные встречные броски ног в прыжке:

а) вперед;

б) полукругом спереди (на месте и с поворотом).

7. Pas de poisson.

Испанский академический танец

1. Поочередные тройные переступания по IV прямой позиции на полупальцах на demi-plié с полуповоротами корпуса и ног.

2. Подскоки на полупальцах по IV прямой позиции на demi-plié с поочередной переменной поджатых ног.

3. Grand pas de chat.

4. Renversé en dehors, en dedans на 45° и на 90°:

а) на demi-plié;

б) с подъема на полупальцы;

в) с подскоком;

г) с прыжка.

5. Поддержка девушки за талию – ноги девушки в IV прямой позиции на demi-plié, корпус откинут назад на руку юноши, стоящего на выпаде.

Цыганский народный танец

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. Движения кисти:

а) взмахи;

б) мелкие непрерывные от запястья;

в) повороты и полуповороты внутрь и наружу.

4. Движения рук:

а) круговые переводы рук от плеча (плавные и резкие);

б) взмахи от плеча и от локтя;

в) переводы рук «восьмеркой».

5. Движения плеч:

а) вверх и вниз;

б) вперед, назад, мелкие, непрерывные.

6. Поочередные переступания на полупальцах по V прямой позиции (на месте, с продвижением вперед, назад и с поворотом).

7. Ходы:

- а) простой ход – шаги вперед или назад с носка на целой стопе или на полупальцах;
 - б) скользящие шаги вперед или назад на низких или высоких полупальцах;
 - в) переменный ход – с остановкой на третьем шаге;
 - г) три шага вперед с последующим проскальзыванием на полупальцах или подскоком на одной ноге (другая согнута и поднята назад на 45^0 в прямом положении);
 - д) три шага назад с последующим проскальзыванием на полупальцах или подскоком на одной ноге (другая поднята вперед на 45^0 в свободном положении);
 - е) шаг назад в полуприседание с броском ноги вперед на 45^0 в свободном положении и двумя последующими шагами на низких полупальцах (на месте, с продвижением назад).
8. «Гармошка» (с продвижением в сторону и поворотом вокруг себя).
9. Перегибания и наклоны корпуса:
- а) стоя на выпаде вперед;
 - б) стоя на колене.
10. Четка с акцентом «к себе»:
- а) на полупальцах;
 - б) с подскоком;
 - в) с подскоком и двумя последующими переступаниями.
11. Подскоки с ударами стоп по I прямой и остановкой во II прямую позицию на высоких полупальцах в полуприседание.

Раздел 5 Дальнейшее совершенствование техники исполнения программного материала. Изучение наиболее сложных движений

Тема 5.1 Изучение движений цыганского народного танца и элементов испанских танцев (фламенко, хота)

Тема 5.2 Раскрытие творческой индивидуальности обучающихся

Цыганский народный танец

- 1. Движения рук с юбкой (жен.).
- 2. Ходы:
 - а) шаг вперед на полупальцы с поворотом ноги в закрытое положение в полуприседание и отведением другой, согнутой от колена ноги в сторону в закрытое положение на 45^0 ;
 - б) шаг во II закрытую позицию на полупальцы с переводом ног V открытую позицию, на всю стопу в полуприседание.
- 3. Четка:
 - а) с акцентом «к себе» на полупальцах с продвижением вперед, назад, в сторону;
 - б) в сторону в открытом положении с последующим полуповоротом корпуса и сгибанием ноги под прямым углом назад, с подъемом на полупальцы или подскоком;
 - в) с шага, двумя мазками подушечками стоп с акцентом «от себя» в пол.
- 4. Опускание на колени:
 - а) на одно;

- б) на оба;
 - в) на одно с прыжка, с поджатыми ногами (муж.).
5. Круговые перегибания корпуса:
- а) стоя по I прямой позиции в полуприседании;
 - б) стоя на колене;
 - в) сидя на коленях (факультативно).
6. Прыжки:
- а) с ударом стоп по I прямой позиции (ноги согнуты) и отбрасыванием ноги от колена в сторону, в закрытое положение;
 - б) большие, с поджатыми назад ногами в прямом положении (муж.).
7. «Хлопушки» (муж.):
- а) в ладоши;
 - б) по груди;
 - в) по бедру;
 - г) по голенищу;
 - д) по каблuku;
 - е) по полу.
- ### Элементы испанских танцев «Фламенко» и «Хоты»
- 1. Движения рук (фламенко):
 - а) переводы округлых или удлинённых рук с полуповоротами и полными поворотами кисти внутрь или наружу с движением пальцев «веером»;
 - б) переводы из стороны в сторону согнутых перед собой рук на уровне талии с щелчками пальцев;
 - в) движения рук с юбкой.
 - 2. Движения с веером, шлейфом, плащом (фламенко).
 - 3. Обучение игре на кастаньетах (факультативно).
 - 4. Выстукивания – комбинированные, усложненные – на месте, с продвижением, с поворотом (фламенко):
 - а) в координации с движениями рук и хлопками;
 - б) «мелкая дробь» (карретилья).
 - 5. Повороты в координации с движениями рук и наклонами корпуса (фламенко):
 - а) выпад на правую ногу в IV большую позицию с последующим поворотом внутрь (en dedans) по VII малой позиции со скошенной левой стопой сзади, с наклоном корпуса направо;
 - б) поворот по I малой позиции с шага или удара всей стопой в пол с тремя поочередными боковыми наклонами корпуса в одну точку: направо, налево, не выпрямляясь.
 - 6. Прыжки (муж.):
 - а) с согнутыми назад ногами в прямом положении (фламенко);
 - б) с согнутыми ногами – одной вперед, другой назад в прямом положении, носок одной ноги у колена другой (хота, фламенко).
 - 7. Движения на коленях – полуповороты с одного колена на другое, не поднимаясь с колен (хота, фламенко).
 - 8. Pas de basque с перескока по I малой позиции (хота).
 - 9. Шаг в сторону с подскоком и подведением другой ноги к икре сзади (хота).
 - 10. Pas ballonné вперед, с последующим шагом и подведением другой ноги сзади (хота).

11. Понта та копа – подскок на одной ноге на полупальцах с ударом другой по III малой позиции (*assemble*) с последующим подскоком на той же ноге и открыванием другой в сторону (*sissonne ouverte*) и тройным переступанием (*pas de bourree*) – хотя.

12. Подскоки на одной ноге с одновременными ударами другой по III малой позиции спереди: в открытом положении ребром каблука, в закрытом – носком и ребром каблука – в открытом положении (хотя).

13. *Cabriole* в сторону с согнутыми ногами (хотя):

а) в прямом положении со свободными стопами;

б) в открытом положении с сокращенными стопами.

14. Из V большой позиции переступание на впереди стоящую ногу с последующим подскоком и переносом другой ноги, согнутой под прямым углом на 90° в открытом положении, вперед в V большую позицию с полуповоротом корпуса; переступания на ногу, стоящую сзади, с последующим подскоком и переносом другой ноги, согнутой под прямым углом на 90° в открытом положении, назад в V большую позицию с полуповоротом корпуса (хотя).

15. Поворот на одной ноге внутрь (*en dedans*) с замаха другой ногой, согнутой на 90° в перекрещенном положении, с окончанием в I большую позицию.

16. *Dos à dos* на *pas de basque* с шага и перескока в свободном положении (хотя).

4 Контроль планируемого результата обучения

В конце первого полугодия каждого года обучения проводятся контрольные уроки на которых следует показать:

- экзерсис у станка;

- этюды на середине зала.

Промежуточная аттестация обучающихся

Экзамены по народно - сценическому танцу проводятся в соответствии с учебным планом в конце учебного года. На экзаменах первого и второго годов обучения показывается экзерсис у станка с включением всех пройденных элементов. В разделе урока на середине зала должны быть показаны 5-7 этюдов на основе пройденного материала (соответственно программе каждого года обучения). На третьем и четвертом годах обучения должны быть показаны: экзерсис у станка, 7-9 этюдов на середине зала с усложнением композиционного построения. В данных классах необходимо показать освоение техники парного танца и навыки общения партнеров.

На экзаменах обучающиеся должны показать постановку корпуса, ног, рук и головы, владение элементами народно-сценического танца в движениях у станка и на середине зала, умение передать характер, стиль и манеру исполнения народных и академических танцев, музыкальность, выразительное эмоциональное исполнение, координацию движений.

Итоговая аттестация обучающихся

Согласно учебному плану Государственный экзамен проводится в конце шестого семестра пятого года обучения.

На Государственном экзамене должны быть показаны не менее 7-9 композиционно сложных этюдов из пройденных разделов народных и академических танцев, а также танцы из балетных спектаклей и концертные

номера из репертуара ансамблей народного танца. С целью выявления индивидуальных качеств отдельных обучающихся рекомендуется включать в экзамен сольные танцы, а также номера на 2-3 пары.

Выпускники должны показать владение техникой танца (сольного и парного), культуру общения в танце и сценического поведения, выразительность, эмоциональность и музыкальность исполнения, умение создавать сценический образ в произведениях народного и академического наследия.

5 Литература и средства обучения

Основная литература

1. Абилов Д., Исмаилов А. «Казахские народные танцы». - Алма-Ата, 1961

2. Александрова В. «Испанские народные танцы». - Л., 1959

3. Алексютрович Л. «Белорусские народные танцы. Хороводы. Игры.». - Минск, 1978

4. Альфонсо Пуиг Клараунт «Искусство танца Фламенко». - М., 1984

5. Богданов Г. «Урок русского народного танца». - М., 1995

6. Богуславская А.Г. «Народно-сценический танец». Часть 2 - М., МГАХ, 2009

7. Борзов А.А. «Танцы народов мира». - М., 2006

8. Борзов А.А. «Народно-сценический танец. Экзерсизы у станка». - Моск. акад. образования Н. Нестеровой, 2008

9. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев А. «Основы характерного танца». - СПб., Планета музыки, Лань, 2007

10. Василенко К. «Лексика украинского народно-сценического танца». - Киев, 1996

11. Гаскаров Ф.Ф. «Башкирские танцы». - Уфа, 1998

12. Гварамадзе Л. «Грузинский народный танец». - Тбилиси, 1962

13. Голейзовский К. «Образы русской народной хореографии». - М., 1964

14. Гусев Г.П. «Народный танец». Методика преподавания. - М.: Гуманитарный издательский центр Владос, 2012

15. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» (упражнения у станка). - М., 2002

16. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» (танцевальные движения и комбинации на середине зала). - М., 2003

17. Гусев Г.П. «Методика преподавания народного танца» (этюды). - М., 2004

18. Джавришвили Д. «Грузинские народные танцы» - Тбилиси, 1975

19. Жиенкулова Ш. «Тайны танца». - Алма-Ата, 1980

20. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. «Народно-сценический танец». Часть 1 - Москва, 1976

21. Каримова Р. «Узбекский танец». - Ташкент, 1987

22. Каримова Р. «Ферганский танец». - Ташкент, 1973

23. Каримова Р. «Хорезмский танец». - Ташкент, 1975

24. Клараунт А., Альбайсин Ф. «Искусство танца Фламенко» - М.: Издательство: Искусство, 1984

25. Климов А. «Основы русского народного танца». - М., 1994

26. Курбет В., Мордарь М. «Молдавские народные танцы» - Кишинев, 1969г.

27. Надеждина Н. «Русские танцы». - М., 2003г.

28. Овчаренко Е., Смолянинова Н. «История и теория народно-сценического танца». - Барнаул, 2004

29. Ошурко Л. «Народные танцы Молдавии». - Кишинев, 1957

30. Петросян З., Хачатрян Ж. «Армянский народный танец».- М., 1980
31. Стуколкина Н. «Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца». Учебное пособие. – СПб., Издательство: Лань, 2017
32. Тагиров Г. «Татарские танцы». – Казань, 1984
33. Тагиров Г. «100 татарских фольклорных танцев». – Казань, 1988
34. Ткаченко Т. «Народный танец». – М., Издательство: Искусство, 1967
35. Ткаченко Т. «Народные танцы» - М., Издательство: Искусство, 1975г.
36. Устинова Т. «Русские народные танцы» - Москва, 1996
37. Чурко Ю. «Белорусский народный танец» - Минск, 1972

Дополнительная литература

1. Власенко Г. «Сочинение танцевальных комбинаций». Методическое пособие – М.: Москва, 1988.
2. Уральская В., Соколовский Ю. «Народная хореография». - М., 1972

Технические средства обучения: видеоматериалы по методике преподавания народно-сценического танца.