Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Североуральская детская школа искусств»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

по учебному предмету

«НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»

Североуральск 2022 г.

ПРИНЯТО

Заседанием Педагогического совета

МАУ ДО «Североуральская ДШИ»

Протокол от 31.05.2022

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДО

«Североуральская ДШИ»

_____А.В.Лобанова

31.05.2022

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

_____О.Г.Аксенова

Структура программы учебного предмета

1 Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

- Срок реализации учебного предмета.

- Сведения о затратах учебного времени.

- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета.

- Форма проведения учебных аудиторных занятий

- Цель и задачи учебного предмета.

- Структура программы учебного предмета.

- Методы обучения.

- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

2 Содержание учебного предмета

- Годовые требования.

3 Требования к уровню подготовки учащихся

4 Формы и методы контроля, система оценок

- Критерии оценки.

5 Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации преподавателям.

6 Список рекомендуемой литературы

- Основная литература

- Дополнительная литература.

1. Пояснительная записка

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Народный танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области хореографического исполнительства в детских школах искусств.

Учебный предмет «Народный танец» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения народного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира.

Народно танец является одним из основных предметов предметной области «Хореографическое исполнительство». Содержание учебного предмета «Народный танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Танец», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец» и «Бальный танец».

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе русского танца. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народным танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

Срок реализации учебного предмета

Срок освоения предмета «Народный танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте 7(8)-12 лет, составляет 2 года со 2 по 3 класс (3 года обучения). И 3 года для учащихся, планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок освоения может быть увеличен на 1 год (4 класс).

Недельная нагрузка по предмету «Народный танец» составляет 2 часа в неделю. Занятия проходят в групповой форме.

Данная программа предполагает проведение итоговой аттестации в виде выпускного экзамена.

Сведения о затратах учебного времени.

«Народного танца» 3 (4)года

Таблица 1

Классы/количество часов	**2-3 классы**		**4 класс**
	Количество часов (общее на 2 года)		**Количество часов (в год)**
Максимальная нагрузка (в часах)	132		66
Количество часов на аудиторную нагрузку	132		66
Общее количество часов на аудиторные занятия	198		
Классы	2	3	4
Недельная аудиторная нагрузка	2	2	2
Консультации (для учащихся 2-3(4) классов)	8 (4 часа в год)		4

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета

Таблица 2

	Распределение по годам обучения		
	1	2	3
Классы	2	3	4
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	132		66

Максимальное количество часов аудиторных занятий (в неделю)	2	2	2
Общее максимальное количество аудиторных часов (по годам)	66	66	66
Общее максимальное количество часов на весь период обучения 3(4) года	198		
Объем времени на консультации (по годам)	4	4	4
Общий объем времени на консультации	8		4

Общая трудоемкость учебного предмета «Народный танец» при 3(4)-летнем сроке обучения составляет 198 часов. Реализация программы обеспечивается консультациями для обучающихся, которые составляют 12 часов. Консультации проводятся с целью подготовки к контрольным урокам по усмотрению образовательного учреждения. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени.

Форма проведения учебных аудиторных занятий:
мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока - 45 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

Цель и задачи учебного предмета

Цель:

– развитие танцевально-исполнительских способностей обучающихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов народных танцев, танцевальных композиций народов мира.

- выявление наиболее одаренных детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения, реализующие образовательные программы среднего и высшего профессионального образования в области хореографического искусства.

Задачи:

– обучение основам народного танца;

– развитие танцевальной координации;

–обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;

– развитие физической выносливости;

– развитие чувства ансамбля (чувства партнерства), двигательно-танцевальных способностей;

– развитие сценического артистизма;

– развитие дисциплинированности;
– формирование волевых качеств.

Структура программы учебного предмета.

Программа содержит следующие разделы:
– сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
– распределение учебного материала по годам обучения;
– описание дидактических единиц учебного предмета;
– требования к уровню подготовки обучающихся;
– формы и методы контроля, система оценок;
– методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы "Содержание учебного предмета".

Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета «Народный танец» используются следующие методы обучения:
- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база школы должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Народный танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:
– балетный зал, имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) вдоль стены, зеркала размером 7 м х 2 м на одной стене;

– наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе и аудиотехнику;
– помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);
– костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
– раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

2. Содержание учебного предмета

Настоящая программа составлена традиционно: включает основной комплекс движений – у станка и на середине зала и дает право преподавателю на творческий подход к ее осуществлению с учетом особенностей психологического и физического развития детей 9-12 лет.

Обучение по данной программе позволяет изучать материал поэтапно, в развитии - от простого к сложному.

Урок состоит из двух частей - теоретической и практической, а именно:
а) знакомство с правилами выполнения движения, его физиологическими особенностями;
б) изучение движения и работа над движениями в комбинациях.

Годовые требования. Срок обучения 3(4) года.

Первый год обучения (2 класс)

Экзерсис у станка

I. Пять позиций ног.
II. Preparation к началу движения.
III. Переводы ног из позиции в позицию.
IV. Demi plies, grand pliés (полуприседания и полные приседания).
V. Battements tendus (выведение ноги на носок).
VI. Battements tendus jetés (маленькие броски).
VII. Подготовка к маленькому каблучному.
VIII. Подготовка к «верёвочке».
IX. Grands battements jetés (большие броски).
X. Relevé (подъем на полупальцы).
XI. Port de bras.
XII. Подготовка к «молоточкам».
XIII. Подготовка к «моталочке».
XIV. Подготовка к полуприсядкам и присядкам.
XV. Прыжки с поджатыми ногами.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:

а) простой поясной на месте (1 полугодие);

б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди, затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении (2 полугодие).

2. Основные положения и движения рук:

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

— руки скрещены на груди;

— одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щёку.

— положения рук в парах:

а) держась за одну руку;

б) за две;

в) под руку;

г) «воротца».

—положения рук в круге:

а) держась за руки;

б) «корзиночка»;

в) «звёздочка».

—движения рук:

а) раскрытия и закрытия рук;

б) раскрытия рук в сторону (ладонями наверх в 3 позицию);

в) взмахи с платочком;

г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

—простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах;

—переменный ход с фиксированием в воздухе ног поочерёдно в точке на 30-45 градусов, 2 полугодие - на полупальцах - этот же ход;

— переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу;

— переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног;

— тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол;

— комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:

— по 1 прямой позиции (вперед, в сторону);

— вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие);

— 2 полугодие — по 3 и 5 позиции (вперед, в сторону);

— вокруг себя.

5. Подготовка к «молоточкам»:

— по 1 прямой позиции с задержкой ноги сзади;
— 2 полугодие — без задержки.
6. Подготовка к «моталочке»:
— по 1 прямой позиции — 1 полугодие с задержкой ноги сзади, впереди;
— 2 полугодие — «моталочка» в «чистом» виде.
8. «Гармошечка»:
— начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие;
— «лесенка»;
— «елочка»;
— исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.
9. «Ковырялочки»:
— простая, в пол — 1 полугодие;
— простая, с броском ноги на 45 градусов и небольшим отскоком на опорной ноге — 1 полугодие;
— в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.
10. Основы дробных выстукиваний:
— простой притоп;
— двойной притоп;
— в чередовании с приседанием и без него;
— в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопушкой);
11. Хлопки и хлопушки для мальчиков:
—одинарные;
—двойные;
—тройные;
—фиксирующие;
12. Подготовка к присядкам и присядки:
—подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям);
—подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции;
—«мячик» по 1 прямой и 1 позициям —2 полугодие;
—подскоки на двух ногах;
—поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед;
—присядки на двух ногах;
—присядки с выносом ноги на каблук.

Подготовка к вращениям на середине зала
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-releve;
- полуповороты по четвертям круга приемам шаг-retere;
- полуповороты по четвертям круга приемом plie-каблучки;

- припадание по первой прямой позиции по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов;
- подскоки по той же схеме;
- «поджатые» прыжки по той же схеме;
- подготовка к tours (мужское).

Подготовка к вращениям и вращения по диагонали класса:
- приемом шаг-retere по схеме 2 шага - retere на месте, 2 - в повороте на 90 градусов, 5, 6, 7, 8 - шаги на месте;
- к концу полугодия: 2 шага retere на месте, 2 - в повороте на 180 градусов, 5, 6 – фиксация, 7, 8 – пауза;
- подскоки – разучиваются по той же схеме.

На основе пройденных движений составляются небольшие этюды малых и больших форм.

Изучаемые танцы:
Русские танцы
Белорусские танцы
Танцы Прибалтийских стран: Эстонские, Литовские, Латвийские и Чешские танцы так же могут быть хорошо использованы на первом году обучения (на выбор педагога). Они не очень сложны технически и доступны для усвоения детьми танцевального материала. Композиции этих танцев и их игровое содержание помогают развивать координацию и выносливость.

По окончании каждого полугодия проводится открытый контрольный урок (зачет) по пройденному материалу, в конце каждой четверти выставляется оценка.

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, белорусского танца и танцы Прибалтийских стран (на выбор), 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, белорусского танцев и танцев Прибалтийских стран;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

Второй год обучения (3 класс)

Экзерсис у станка

I.Demi-pliés u grand-pliés (полуприседания и полные приседания).
II. Battements tendus (скольжение стопой по полу).
III. Battements tendus jetés (маленькие броски).
IV. Pas tortillé (развороты стоп).
V. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу).
VI. Маленькое каблучное.
VII. Большое каблучное.
VIII.. «Веревочка».
IX. Подготовка к battements fondus.
X. Développé
XI. Дробные выстукивания (ритмические удары).
XII. Grand battements jeté (большие броски).

Движения, изучаемые лицом к станку

1. Relevé-pliés (по 1 прямой, 1, 2, 5 позициям).
2. Relevé-plié (с оттяжкой от станка на каблучках назад по 1 прямой позиции).
3. Подготовка к «штопору».
4. Port de bras в сторону, назад в сочетании с движениями рук и выносом ноги на каблук вперед и в сторону, на plié.
5. Подготовка к «сбивке».
6. Для мальчиков:
а) подготовка к присядкам;
б) присядки с выносом ноги на каблук вперед и в сторону;
в) мячик боком к станку;
г) с выведением ноги вперед.
7. Опускание на колено на расстоянии стопы из первой позиции, и с шага в сторону накрест опорной ноге.
8. Растяжка из первой позиции в полуприседании и в полном приседании.
9. С выходом во вторую позицию широкую на каблуки.
10. «Моталочка» по первой прямой и по 5 позициям, первое полугодие с фиксацией на паузе после броска ноги вперед.
11. «Молоточки» по первой прямой и 5 позициям с фиксацией ноги сзади на паузе первое полугодие.
12. Прыжки:
а) поджатые в сочетании с temps levé sauté.

Экзерсис на середине зала

1. Русский поклон:

а) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);

б) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

2. Основные положения и движения русского танца:

а) переводы рук из одного основного положения в другое:

— из подготовительного положения в первое основное;

— из первого основного положения в третье;

— из первого основного во второе;

— из третьего положения в четвертое (женское);

— из третьего положения в первое;

— из подготовительного положения в четвертое.

б) движение рук с платочком:

— взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции);

— то же самое из положения — скрещенные руки на груди;

— работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции;

— всевозможные взмахи и качания платочком;

— прищелкивания пальцами.

Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой.

3. Положения рук в парах:

— под «крендель»;

— накрест;

— для поворота в положении «окошечко»;

— правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

4. Положение рук в рисунках танца:

— в тройках;

— в «цепочках»;

— в линиях и в колоннах;

— «воротца»;

— в диагоналях и в кругах;

— «карусель»;

— «корзиночка»;

— «прочесы».

5. Ходы русского танца:

— простой переменный ход на полупальцах;

— тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена;
— шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с ударом);
— шаг-удар с небольшим приседанием одновременно;
— шаг-мазок каблуком через 1 прямую позицию;
— то же самое с подъемом на полупальцах;
— ход с каблучка с мазком каблуком;
— ход с каблучка простой;
— ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании;
— «бегущий» тройной ход на полупальцах;
— простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад;
— тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад;
— бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции;
— комбинации с использованием изученных ходов.
6. Припадания:
- приподания по 1 прямой поз. (вперед, назад и в сторону);
— припадания по 5 позиции в продвижении в сторону, вперед, с отходом назад, по диагонали;
— с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.
7. Подготовка к «веревочке»:
— без полупальцев, без проскальзывания;
— «косичка» (в медленном темпе);
8. «Молоточки» простые. Второе полугодие - по 5 позиции.
9. «Моталочка» в сочетании с движениями рук.
10. Все виды «гармошечек»:
—«лесенка»;
—«елочка» в сочетании с plié полупальцами с приставными шагами.
11. «Ковырялочка»:
-- в пол и поднятием ноги на 45 гр. в сочетании с притопами и одинарных ударов;
—с отскоком на опорной ноге;
— с броском ноги на 60 градусов и активной работой корпуса и рук;
— с неоднократным переводом ноги в положении носок-каблук.
12. Перескоки с ноги на ногу по 1 прямой позиции:
— простые (до щиколотки);
— простые (до уровня колена);
— с ударом по 1 прямой позиции;
— двойные (до уровня колена с ударом);

— с продвижением в сторону.
13. Перескоки по 1 прямой позиции с поочередным выбрасыванием ног вперед на каблук:
— простые.
14. Дробные движения:
— двойные притопы;
— тройные притопы;
— аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону;
— притопы в продвижении;
— притопы вокруг себя;
— ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов;
— простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении);
— простые переборы каблучками;
— переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке;
— переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса);
— «трилистник» с притопом;
— тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями);
— «горошек мелкий» — заключительный, с притопами в конце, перескок заключительный;
— «ключ» простой.
15. Полуприсядки:
— простая с выносом ноги на каблук и работой рук в различных позициях и за голову;
— с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук;
— с выносом ноги на 45 градусов;
— с выносом ноги вперед, и ударом рукой по колену;
— с выходом на каблуки в широкую вторую позицию;
— с выходом на каблуки и разворотом корпуса в сторону;
— с выходом на каблуки, ноги раскрыты вперед-назад;
— аналогично с поворотом корпуса.
16. Даются танцевальные комбинации на материале выше указанных движений.

Изучаемые танцы:
Русские танцы
Украинский танец
Татарский танец

В конце каждой четверти выставляется оценка. В конце учебного года проходит итоговая аттестация в виде выпускного экзамена.

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 русского, татарского и украинского танцев;
- манеру исполнения упражнений и характер русского, татарского, украинского танцев;
- технику исполнения вращений на середине зала и по диагонали.

Третий год обучения (4 класс)

Экзерсис у станка

I. Demi pliés и grand pliés (полуприседания и полные приседания).
II. Battements tendus (скольжение ногой по полу) .
III. Battemets tendus jetés (маленькие броски).
IV. Pas tortillé (повороты «стоп», одинарное).
V. Flic-flac (мазок к себе от себя рабочей ногой).
VI. Rond de jambe par terre (круговые скольжения по полу).
VII. Маленькое каблучное.
VIII. Большое каблучное.
IX. Battemets fondus (мягкий, тающий).
X. Développé, relevé lent (вынимание и подъем ноги).
XI. «Веревочка».
XII. Дробные выстукивания.
XIII. Grands battements jetes (большие броски ногой).

Упражнения лицом к станку

1. Подъем на полупальцы по всем позициям с работой рук.
2. Подготовка к «качалочке» и «качалочка».
3. Port de bras в определенном характере, по всем направлениям, с работой рук.
4. Прыжковые «голубцы»:
— с двух ног на две ноги (исходное положение 1 прямая позиция);
— тот же прыжок с двойным ударом во время прыжка;
— низкий «голубец» с одной ноги на одну ногу в характере украинского танца.
5. Подготовка к «сбивке», «сбивка».
6. Подготовка к «моталочке» с отскоком.

7. Раскладка движения «ножницы» (спиной к станку и лицом) на 30 градусов, на 90 градусов — второе полугодие.
8. Присядка с выносом ноги на воздух на 45 градусов.
9. Присядка с отскоком в сторону и выносом ноги на каблук и на воздух 45 градусов.
10. Подготовка к revoltade. Исходное положение — нога сзади в 4 позиции на носке.
11. Опускание на колено в характере украинского танца, а также переход с колена на колено.

Экзерсис на середине зала
1. Поклон праздничный (хороводный), женский и мужской в раскладке с паузами после каждого движения.
2. Основные движения руками, которые вводятся во все элементы русского танца: в ходы, припадания, «молоточки», «моталочки», «веревочки», дроби. Усложняются манипуляции с платочком:
—платочек натянутый за кончики, исполняются круговые движения;
—полуокружности перед собой вправо и влево;
—взмахи на вращениях из первой в третью позицию;
—используется большая шаль, выстраиваются рисунки танца из развернутой, из свернутой пополам и вчетверо, треугольником шали;
—движения с шалью и платком обыгрываются в дуэтном танце, переплясе, кадрили, хороводах;
—изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая», «Кадриль», «Лирический хоровод».
3. Виды русских ходов и поворотов:
—простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки», «мазков», припаданий;
—«боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад;
—широкий шаг-«мазок» на 45 и 90 градусов с сокращенным подъемом, с plié и на plié;
— боковой приставной на plié с выведением через подмену ноги на 45 и 90 градусов в сторону;
— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях;
— переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочередным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца.
— ходы с каблучков:
а) простые, на вытянутых ногах;

б) акцентированные, под себя в plié;
в) с выносом на каблук вперед.
— боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком;
— боковые припадания с поворотами;
— припадания по линии круга с работой рук;
— бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом;
— бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом;
— повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук;
— повороты с выносом ноги на каблук, приемом shainé, приемом перескок (высокий);
— тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук);
— повороты с «ковырялочкой»;
— повороты с «молоточками»;
— повороты приемом «каблучки», «поджатые»;
— повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».
4. «Веревочка»:
— простая в повороте;
— двойная в повороте;
— с выносом на каблук и переступаниями неоднократными с продвижением;
5. «Ковырялочки»:
— простые;
— в повороте на 90 градусов, со сменой ног;
— с отскоком и продвижением вперед;
— с отскоком и большим броском на 90 градусов;
— в сочетании с различными движениями русского танца;
— воздушные на 30, 45 градусов.
6. «Моталочки»:
— простая;
— простая в повороте по четвертям круга, на 90 градусов с использованием бросков ноги приемом jetés с вытянутым и сокращенным подъемом;
— с перекрестным отходом назад или в позу;
— с остановкой в 5 позицию на полупальцах;
— во вращениях с продвижением.
7. «Гармошечки»:
— простая на вытянутых ногах и на demi plié, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко;
— в повороте, в диагональном рисунке с руками;

— в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление;
— с чередованием приставных шагов, с pas degajé, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.
8. Припадания:
—боковые с двойным ударом спереди;
—вокруг себя по два, по четыре припадания, по четвертям круга.
9. Перескоки и «подбивки»:
—перескоки в повороте;
—перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте);
—неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции;
—поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад;
—подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие).
10. Дробные выстукивания:
—двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой;
—синкопированные проскальзывания с приведением ноги на reteréy колена невыворотно;
—соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно;
—соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:
а) неоднократные удары;
б) с притопом и сменой левой и правой ног;
—двойная дробь с притопами и разворотами корпуса;
—двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце;
—«ключ» с использованием двойной дроби.
11. Присядки:
—присядка с «ковырялочкой»;
—присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади;
—подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой;
—«ползунок» вперед и в сторону на пол.
12. Прыжки:
—прыжок с поджатыми перед грудью ногами на месте;
—прыжок с согнутыми от колена ногами и ударами по голенищам;
—прыжок с ударами по голенищу спереди.

Изучаемые танцы:
Русские танцы
Белорусский или Украинский народные танцы
Молдавские танцы

В конце каждой четверти выставляется оценка. В конце учебного года – экзамен.

По окончании третьего (дополнительного) года обучения учащиеся должны знать и уметь:
- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки русского, украинского или Белорусского танца, молдавского танца;
- усвоение и дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно пользоваться деталями костюма, атрибутикой: ленточки, веночки, платочки, шапки, корзинки и т.д.;
- продолжать добиваться в ансамбле выразительности и виртуозности исполнения движений.

3. Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народный танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:
– знание рисунка народного танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
– знание балетной терминологии;
– знание элементов и основных комбинаций народного танца;
– знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
– умение исполнять народные танцы на разных сценических площадках;
– умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении народного танца;
– умение понимать и исполнять указания преподавателя;
– знание исторических основ танцевальной культуры, самобытности и образности танцев нашей страны и народов мира;
– знание канонов исполнения упражнений и танцевальных движений народного танца в соответствии с учебной программой;
– владение техникой исполнения программных движений, как в экзерсисах, так и в танцевально-сценической практике.

4. Формы и методы контроля, система оценок

Оценка качества реализации программы по предмету "Народный 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 контрольного урока (зачета). Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов. По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Критерии оценки

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки. По итогам исполнения программы на контрольном уроке (зачете) и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 3

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	Оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном).
3 («удовлетворительно»)	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений
2 («неудовлетворительно»)	Комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности обучающихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области хореографического искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:
– оценка работы обучающегося в течение года;
– оценка на экзамене;
– другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти учебного года.

5. Методическое обеспечение учебного процесса

Методические рекомендации преподавателям

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 народнму 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.

6. Список рекомендуемой литературы

Основная литература:

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка.- Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - Орел, 2004
3. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец.- М., 1976
4. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981
5. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
6. 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. Корлева З. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
6. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев,1967
7. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962
8. Мальми В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск, 1977
9. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
10. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
11. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974
12 Хворост И. Белорусские народные танцы.- Минск, 1976
13. Чурко Ю. Белорусский народный танец.- Минск, 1970