

УПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ ДЕПАРТАМЕНТА ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САРАНСК
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА № 4 ИМЕНИ Л. ВОИНОВА»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«НАРОДНОЕ ПЕНИЕ»

Программа учебного предмета
«Народный танец»

ПРИНЯТО

Методическим советом
МБУДО «ДМШ № 4 им. Л. Воинова»
Протокол № 4
от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором
МБУДО «ДМШ № 4 им. Л. Воинова»

_____ Генералова А. Ф.
Приказ № 61 от «29» августа 2025 г.

Разработчик – Реук Е.В. преподаватель, председатель предметно-цикловой комиссии
«Народное пение»

Содержание

1 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
Характеристика учебного предмета и его роль в образовательном процессе	4
Цель и задачи учебного предмета	4
Сроки реализации учебного предмета, форма и методы обучения	5
Сведения о затратах учебного времени	5
Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.....	5
2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	5
Требования по годам обучения.....	5
3 ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩЕГОСЯ	13
4 ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК	13
Формы и методы контроля.....	13
Критерии оценки.....	13
5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА	14
Методические рекомендации преподавателям	14
Рекомендации по самостоятельной работе учащихся.....	14
6 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	15
Основная литература:	15
Дополнительная литература:	16

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика учебного предмета, его роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Народный танец» по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе «Народное пение» 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 развития в детских музыкальных школах.

Народный танец - важнейший и популярный жанр в хореографии, источник репертуара. Многообразие народного танца весьма распространено в репертуаре самых различных трупп и танцевальных коллективов. Отсюда и возникает естественная необходимость обучения детей технике народно-сценического танца, развития способности быстро усваивать различные по стилю, манере и национальной орнаментике танцевальные композиции. Важнейшим условием должна быть строгая последовательность обучения народно-сценическому экзерсису. Важнейшие признаки народного танца, с точки зрения техники, выражаются в относительной свободе движений рук, корпуса, ног, танцевальных ракурсах и т.д. Композиции народно-сценического экзерсиса всегда выражают конкретную национальную принадлежность с характерными для неё темпоритмическими особенностями (протяжённость, резкость, синкопированность и т.д.). В процессе совершенствования народно-сценического экзерсиса завершается формирование танцевальной техники и идёт развитие для исполнения в воспроизведения композиций народных танцев. Резко увеличивается развитие танцевальности, выразительности исполнения в воспроизведении манеры и стиля народных танцев. В народно-сценическом экзерсисе легко применяется принцип контрастности, т.е. чередование различных по нагрузке упражнений и элементов. Также не следует стремиться к прохождению материала в полном объёме в ущерб правильности исполнения и задачам эстетического воспитания учащихся.

Цели и задачи учебного предмета

Цели:

- развитие личности учащегося;
- социальная адаптация,
- формирование духовно-нравственных ценностей,
- расширение кругозора,
- укрепление здоровья,
- подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцевального материала различного характера, разнообразных жанров, различной степени технической трудности, воспитание трудолюбия, воспитание исполнительской культуры.

Задачи:

- формирование общей культуры, художественно-эстетического вкуса;
- активизация мышления, развитие творческого начала;
- активизация интереса к народно-сценическому танцу;
- овладение навыками музыкально-пластического интонирования;
- совершенствование двигательного аппарата (развитие физических данных, исправление физических недостатков);
- развитие пластичности, координации, хореографической памяти, внимания, формирование технических навыков;
- воспитание силы, выносливости, укрепление нервной системы;
- воспитание эмоциональной выразительности;
- воспитание точной передачи национального стиля и манеры;
- формирование навыков коллективного общения, раскрытие индивидуальности.

Срок реализации учебного предмета, форма и методы обучения

Программа предмету «Народный танец» разработана для детей в возрасте 13-15 лет
Срок освоения учебного предмета «Народный танец» составляет 3 года,
продолжительность учебных занятий с первого по четвертый год обучения составляет 35 недель в год.

Вид учебной работы, нагрузки	Затраты учебного времени						Всего часов
Годы обучения	1-й год		2-й год		3-й год		
Полугодия	1	2	3	4	5	6	
Количество недель	16	19	16	19	16	19	
Аудиторные занятия	16	19	16	19	16	19	105
Самостоятельная работа	8	9,5	8	9,5	8	9,5	52,5
Максимальная учебная нагрузка	24	28,5	24	28,5	24	28,5	157,5

Общая трудоемкость учебного предмета «Народный танец» для специальности «Народное пение» при 3-летнем сроке обучения составляет 157,5 часов. Из них: 105 часов – аудиторные занятия, 52,5 часов – самостоятельная работа.

Форма проведения аудиторных занятий групповая, позволяет преподавателю выработать у учащихся танцевальные навыки и развитие двигательные способности путем взаимодействия в коллективе. На освоение предмета «Народный танец» по учебному плану предлагается 1 час аудиторного занятия в неделю.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета на занятиях используются следующие методы обучения:

- наглядный - практический качественный показ;
- словесный - объяснение, желательное образное.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Для реализации данной программы необходимы следующие условия: класс для индивидуальных занятий с наличием звукотехнического оборудования, фортепиано, зеркала.

Помещение для занятий должно соответствовать противопожарным и санитарным нормам.

2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Требования по годам обучения

Учебный материал распределяется по годам обучения - классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

В течение учебного года планируется ряд творческих показов: открытые репетиции для родителей и преподавателей, отчетные концерты, мероприятия по пропаганде танцевальных знаний. Участие в смотрах-конкурсах, фестивалях, концертно-массовых мероприятиях.

1 класс

В задачу первого года обучения входит знакомство с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на «середине», развитие элементарных навыков координации движений.

Для первого года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского и белорусского народных танцев, а также одного из танцев прибалтийских республик.

Позиции ног:

Пять прямых:

1-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп;

2-я - обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга;

3-я - обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой;

4-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы;

5-я - обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.

Пять свободных:

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми позициями.

Две закрытые:

1-я – закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;

2-я – закрытая - обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

Позиции и положения рук:

Семь позиций:

1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям рук классического танца;

4-я - руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии;

5-я - обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя;

6-я - обе руки согнуты в локтях, которые слегка приподняты и направлены в стороны. Указательные и средние пальцы прикасаются к затылку;

7-я - обе руки согнуты в локтях и заложены за спину на талии. Запястье одной лежит на запястье другой руки.

Подготовительное положение - обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу:

1-е положение – обе руки, округленные в локтях, раскрыты в стороны на высоте между подготовительным положением и 2-й позицией: кисти находятся на уровне талии; пальцы свободно собраны и открыты; ладони слегка повернуты вверх;

2-е положение – обе руки, округлены в локтях, раскрыты в стороны на высоте между 3-й и 2-й позициями, пальцы свободно собраны и открыты, ладони слегка повернуты вверх.

Русский народный танец

Нет необходимости говорить о степени важности изучения русского народного танца. Его развитие тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм (хороводы, кадрили, переплясы и пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Основные положения ног:

Позиции ног – 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Основные положения рук:

1. Подготовительное, первое и второе.
2. Подготовка к началу движения.

3. Положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка».

Элементы танца:

1. Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки;
- двух рук;
- поочередные раскрывания рук;
- переводы рук в различные положения.

2. Поклоны:

- на месте без рук и с руками;
- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

3. Притопы:

- одинарные (женские и мужские);
- тройные.

4. Перетопы тройные.

5. Простой (бытовой) шаг:

- вперед с каблука;
- с носка.

6. Простой русский шаг:

- назад через полупальцы на всю стопу;
 - с притопом и продвижением вперед;
 - с притопом и продвижением назад.
7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

8. «Гармошка».

9. «Ёлочка».

10. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции - вперед и назад по 1-й прямой позиции.

11. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям).

12. Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах.

13. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя.

14. «Веребочка» простая.

15. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом.

16. «Ключ» простой (с переступаниями).

Белорусский народный танец «Крыжачок»

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью. Характер движений белорусских народных танцев легкий и трамплинный. Наиболее известными танцами в Белоруссии являются «Лявониха», «Крыжачок» и полька. На первом году обучения предлагается танцевальный материал из танца «Крыжачок».

1. Притопы одинарные.

2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.

3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.

4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.

5. Основной ход.

6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.

7. Тройные притопы с поклоном.

Положение рук:

- положение рук в сольном танце;
- положение рук в массовых и парных танцах;
- подготовка к началу движения.

Танцы прибалтийских республик

1. Основной ход.
2. Перескоки, подскоки.
3. Прыжки.
4. Основные рисунки.

Движения польки

1. Простые подскоки на месте, вокруг себя, с продвижением вперёд, назад, в сторону.
2. Простые подскоки с хлопками и поклонами, простые подскоки в повороте парами под руки.
3. Галоп в сторону.

2 класс

Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Продолжается изучение элементов русского, молдавского танцев. Начинается изучение итальянского танца. Испанский материал можно изучать факультативно.

Упражнения:

Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.

1. Скольжение стопой по полу:
 - а) с одинарным ударом каблуком опорной ноги;
 - б) с двойным ударом каблуком опорной ноги.
2. Маленькие броски сквозные по 1-й открытой позиции в полуприседании.
3. Круговое скольжение по полу:
 - а) ребром каблука около опорной ноги;
 - б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.
4. Полуприседания на опорной ноге на 90°:
 - а) на всей стопе;
 - б) с подниманием на полупальцы.
5. Подготовка к «веревочке»:
 - а) в открытом положении;
 - б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.
6. Развертывание ноги на 90° с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:
 - а) плавное;
 - б) резкое в координации с движением руки.
7. «Чечетка» с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:
 - а) в прямом положении;
 - б) в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.
8. Большие броски на всей стопе с проведением ноги через 1-ю открытую позицию.
9. «Голубец»:
 - а) в сторону на 45° в прямом положении лицом к станку;
 - б) в сторону на 90° в прямом положении лицом к станку.
10. Подготовка к «штопору» по 1-й прямой позиции на полупальцах.
11. «Штопор».

Русский народный танец (музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.
2. Переборы.
3. «Ключ» дробный сложный.
4. «Маятник» в поперечном движении.
5. «Веревочка»:
 - а) простая и двойная с перетопами,

- б) простая и двойная с «ковырялочкой»,
- в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая - на щиколотке спереди или сзади,
- г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции,
- д) простая и двойная с поворотом на 360° в приседании на полупальцах.
- 6. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.
- 7. Три дробные дорожки с заключительным ударом.
- 8. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

Испанский сценический танец (факультативно) (музыкальный размер $\frac{3}{4}$).

- 1. Положение ног.
- 2. Положение рук.
- 3. Переводы рук в различные положения.
- 4. Ходы:
 - а) удлиненные шаги в полуприседании с продвижением вперед в прямом положении (женское);
 - б) удлиненный шаг вперед на всю стопу в прямом положении в полуприседании двумя переступаниями по 1-й прямой позиции на полупальцах или двумя небольшими шагами (с продвижением вперед).
- 5. Соскоки:
 - а) в 1-ю прямую позицию на всю стопу с вытянутыми коленями и в полуприседание;
 - б) в 1-ю, 4-ю прямую и 5-ю свободную позицию на полупальцы в полуприседание.
- 6. Удлиненный шаг в сторону с последующими двумя переступаниями по 5-й свободной позиции в полуприседании (*pas balance*) со скользящим подведением другой ноги сзади, с поворотом корпуса и с руками.
- 7. Шаг в сторону в полуприседание со скользящим подведением и подъёмом на полупальцы в 5-ю открытую позицию другой ноги вперед, с последующим переходом на нее в полуприседание (*pas glissade*), в координации с движением руки и наклоном корпуса.
- 8. *Zapateado* – поочередные выстукивания полупальцами и каблуками по 1-й прямой позиции:
 - а) удар одной ногой, полупальцами или всей стопой, с последующими ударами другой ногой каблуком и полупальцами,
 - б) шаг по диагонали вперед или назад с последующим одним или двумя ударами в полупальцами другой ноги по 5-й свободной позиции сзади или спереди.
- 9. Опускание на колено с шага на расстоянии стопы от опорной ноги с перегибанием корпуса.
- 10. Движения рук (*port de bras*) с одновременным перегибанием корпуса, стоя на одной ноге, с другой ногой, вытянутой назад и вперед.

Итальянский сценический танец

- 1. Положение ног характерные для танца.
- 2. Положение рук в танце.
- 3. Движение рук с тамбурином.
- 4. Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).
- 5. Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге, на месте с продвижением назад.
- 6. Бег тарантеллы на месте с продвижением вперед.
- 7. Шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене.
- 8. Перескоки с ноги на ногу.

9. Подскоки в полуприседании на полупальцах по 3-й свободной позиции на месте и в повороте.

10. Соскок двумя ногами во 2-ю свободную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене, перед собой накрест другой.

Венгерский народный танец (музыкальный размер 4/4).

Венгерский сценический танец построен на основе народного танца, но прошел большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения. Движения медленного танца отличаются величавостью и плавностью. Движения, исполняемые в быстром темпе, полны задора, огня и требуют большой четкости исполнения. Позы, повороты, общение с партнером, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено - все это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

1. Положения ног.

2. Положения рук.

3. "Ключ" - удар каблуками:

а) одинарный,

б) двойной.

4. Заключение (усложненный "ключ"):

а) одинарное,

б) двойное.

5. Шаг в сторону с двумя переступаниями (рав balance).

6. Перебор - три переступания на месте с открыванием ноги на 350.

7. "Веребочка" на месте, с продвижением назад и в повороте.

8. Развертывание ноги (battements developpe) вперед и в полу приседании:

а) с последующими шагами,

б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.

9. "Голубец":

а) простой с подгибанием ноги в сторону,

б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.

10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции.

Польский народный танец (музыкальный размер 3/4).

Мазурка, которую мы изучаем, обязана своим происхождением польскому народному танцу "Мазуру". Хореографы прошлого и настоящего используют мазурку и ее элементы для воспитания чувства позы, умения общаться с партнером в танце. Здесь есть энергичные ходы по площадке, вращения в парах, прыжки и выпады на колено, т. е. все то, что прививает учащимся необходимые навыки поведения на сцене. Этому способствует четкая, ритмичная и темпераментная музыка.

1. Позиции и положения ног.

2. Положения рук в танце.

3. Волнообразное движение руки.

4. "Ключ" - удар каблуками:

а) одинарный,

б) двойной.

5. Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции (рав balance).

6. "Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й позиции.

7. Основной ход мазурки (рав gala).

8. Легкий бег (рав marche).

9. "Отбихнэ" - скольжение одной ногой с подбиванием ее другой.

10. "Голубец" - подбивание ноги подряд в сторону.

11. Подготовка к парному вращению.

12. Уступающий переход (dos a dos) на различных движениях.

13. Опускание на колено:

а) с шага,

б) с выпадом.

14. "Кабриоль" в сторону 450 в прямом положении.

15. Заключение простое и двойное.

3 класс

Продолжение изучения новых элементов у станка и на середине зала. Продолжается изучение элементов русского, молдавского танцев. Начинается изучение итальянского танца. Испанский материал можно изучать факультативно.

Упражнения:

Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по 1-й, 2-й, 4-й и 5-й открытым и прямым позициям.

1. Скольжение стопой по полу:

а) с одинарным ударом каблуком опорной ноги;

б) с двойным ударом каблуком опорной ноги.

2. Маленькие броски сквозные по 1-й открытой позиции в полуприседании.

3. Круговое скольжение по полу:

а) ребром каблука около опорной ноги;

б) носком или ребром каблука по полу в полуприседании на опорной ноге с остановкой в сторону или назад.

4. Полуприседания на опорной ноге на 90°:

а) на всей стопе;

б) с подниманием на полупальцы.

5. Подготовка к «веревочке»:

а) в открытом положении;

б) с поворотом из открытого в закрытое положение и обратно.

6. Развертывание ноги на 90° с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад:

а) плавное;

б) резкое в координации с движением руки.

7. «Чететка» с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя:

а) в прямом положении;

б) в открытом положении и полуприседании с наклоном корпуса.

8. Большие броски на всей стопе с проведением ноги через 1-ю открытую позицию.

9. «Голубец»:

а) в сторону на 45° в прямом положении лицом к станку;

б) в сторону на 90° в прямом положении лицом к станку.

10. Подготовка к «штопору» по 1-й прямой позиции на полупальцах.

11. «Штопор».

Русский народный танец (музыкальный размер 2/4, 4/4).

1. Перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы.

2. Переборы.

3. «Ключ» дробный сложный.

4. «Маятник» в поперечном движении.

5. «Веревочка»:

а) простая и двойная с перетопами,

б) простая и двойная с «ковырялочкой»,

в) простая и двойная с подскоками на одной ноге, другая - на щиколотке спереди или сзади,

г) простая и двойная с перескоками с ноги на ногу по 5-й открытой позиции,

д) простая и двойная с поворотом на 360° в приседании на полупальцах.

6. Три «веревочки» и подскок с поджатыми ногами.

7. Три дробные дорожки с заключительным ударом.

8. Поочередные выбрасывания ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу.

Венгерский народный танец (музыкальный размер 4/4).

Венгерский сценический танец построен на основе народного танца, но прошел большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения. Движения медленного танца отличаются величавостью и плавностью. Движения, исполняемые в быстром темпе, полны задора, огня и требуют большой четкости исполнения. Позы, повороты, общение с партнером, стремительные вращения в парах, резкие выпады на колено - все это компоненты, которые способствуют развитию танцевальной техники.

1. Положения ног.
2. Положения рук.
3. "Ключ" - удар каблуками:
 - а) одинарный,
 - б) двойной.
4. Заключение (усложненный "ключ"):
 - а) одинарное,
 - б) двойное.
5. Шаг в сторону с двумя переступаниями (рав balance).
6. Перебор - три переступания на месте с открыванием ноги на 350.
7. "Веребочка" на месте, с продвижением назад и в повороте.
8. Развертывание ноги (battements developpe) вперед и в полу приседании:
 - а) с последующими шагами,
 - б) с шагом на полупальцы и подведением другой ноги сзади.
9. "Голубец":
 - а) простой с подгибанием ноги в сторону,
 - б) в прыжке с двойными ударами по 1-й прямой позиции.
10. Поворот на обеих ногах по 5-й открытой позиции.

Польский народный танец (музыкальный размер 3/4).

Мазурка, которую мы изучаем, обязана своим происхождением польскому народному танцу «Мазуру». Хореографы прошлого и настоящего используют мазурку и ее элементы для воспитания чувства позы, умения общаться с партнером в танце. Здесь есть энергичные ходы по площадке, вращения в парах, прыжки и выпады на колено, т. е. все то, что прививает учащимся необходимые навыки поведения на сцене. Этому способствует четкая, ритмичная и темпераментная музыка.

1. Позиции и положения ног.
2. Положения рук в танце.
3. Волнообразное движение руки.
4. "Ключ" - удар каблуками:
 - а) одинарный,
 - б) двойной.
5. Шаг в сторону в полуприседании с последующими двумя переступаниями по 3-й свободной позиции (рав balance).
6. "Перебор" - 3 переступания на месте по 1-й позиции.
7. Основной ход мазурки (рав gala).
8. Легкий бег (рав marche).
9. "Отбиянэ" - скольжение одной ногой с подбиванием ее другой.
10. "Голубец" - подбивание ноги подряд в сторону.
11. Подготовка к парному вращению.
12. Уступающий переход (dos a dos) на различных движениях.
13. Опускание на колено
14. "Кабриоль" в сторону 450 в прямом положении.
15. Заключение простое и двойное.

3 ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩЕГОСЯ

Уровень подготовки учащихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народный танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знаний основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- знаний принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- умений исполнять танцевальные номера;
- умений определять средства музыкальной выразительности в контексте танцевального образа;
- умений самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- навыков владения различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- навыков ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- навыков сценической практики;
- навыков музыкально-пластического интонирования;
- навыков сохранения и поддержки собственной физической формы.

4 ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

Аттестация: виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы «Народный танец» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающихся.

Текущий контроль направлен на поддержание учебной дисциплины, на ответственную подготовку домашнего задания, правильную организацию самостоятельной работы, имеет воспитательные цели, носит стимулирующий характер. Текущий контроль над работой ученика осуществляет преподаватель, отражая в оценках достижения ученика, темпы его продвижения в освоении материала, качество выполнения заданий и т. п. Одной из форм текущего контроля может стать контрольный урок без присутствия комиссии. На основании результатов текущего контроля, а также, учитывая публичные выступления на концерте или открытом уроке, выставляется четвертная отметка. Текущая аттестация проводится за счет времени аудиторных занятий на всем протяжении обучения.

Промежуточная аттестация проводится в конце каждого полугодия также за счет аудиторного времени. Форма ее проведения – зачет с приглашением комиссии и выставлением оценки. Обязательным условием является методическое обсуждение результатов выступления ученика, оно должно носить аналитический, рекомендательный характер, отмечать успехи и перспективы развития ребенка. Промежуточная аттестация отражает результаты работы ученика за данный период времени, определяет степень успешности развития учащегося на данном этапе обучения. Концертные публичные выступления также могут быть засчитаны как промежуточная аттестация. По итогам проверки успеваемости выставляется оценка с занесением ее в журнал, ведомость, индивидуальный план, дневник учащегося.

Оценка за год ставится на зачетах и контрольных уроках, в течение года должны быть представлены танцевальные номера (по два в полугодие).

Критерии оценок

По итогам исполнения программы на зачете выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Артистичное и выразительное исполнение номера, высокий технический уровень владения танцевальными навыками для

	воссоздания художественного образа и стиля исполнения сочинения; использование художественно оправданных технических приемов, позволяющих создавать художественный образ, соответствующий замыслу хореографа
4 («хорошо»)	Недостаточно эмоциональный номер, номер исполняется невыразительно, владение основными танцевальными навыками, но не во всех фрагментах танца техническое исполнение .
3 («удовл.»)	Безразличное отношение к номеру, при исполнении обнаружено плохое знание хореографического текста, недостаточное овладение танцевальными навыками, характер номера не выявлен.
2 («неудовл.»)	Неявка на экзамен по неуважительной причине, плохое знание исполняемого номера, подразумевающее плохую посещаемость занятий и слабую самостоятельную работу.

Текущий и промежуточный контроль знаний, умений и навыков учащихся несет проверочную, воспитательную и корректирующую функции, обеспечивает оперативное управление учебным процессом.

5 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Методические рекомендации преподавателям

Программа учебного предмета «Народный танец» основана на следующих педагогических принципах:

- соответствие содержания, методики обучения и воспитания уровню психофизиологического развития учащихся;
- комплексность решения задач обучения и воспитания; постоянство требований и систематическое повторение действий;
- гуманизация образовательного процесса и уважение личности каждого ученика;
- единство развития коллективной формы творческого сотрудничества и личностной индивидуальности каждого ребенка;
- художественная ценность исполняемых номеров;
- создание художественного образа номера, выявление идейного и эмоционального смысла;
- доступность используемого хореографического материала:
 - а) по содержанию,
 - б) по танцевальным возможностям,
 - в) по технике исполнения;
- разнообразие:
 - а) по стилю,
 - б) по содержанию,
 - в) темпу,
 - г) по сложности.

Методические рекомендации по организации самостоятельной работы

Объем самостоятельной работы учащихся определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания (параллельно с освоением детьми программы основного общего образования), с опорой на сложившиеся в учебном заведении педагогические традиции и методическую целесообразность, а также индивидуальные способности ученика.

Самостоятельные занятия должны быть регулярными. Они должны проходить при хорошем физическом состоянии учащегося, занятия при повышенной температуре и плохом самочувствии опасны для здоровья и не продуктивны. Роль педагога в организации самостоятельной работы учащегося велика. Она заключается в необходимости обучения

ребенка эффективному использованию учебного внеаудиторного времени. Педагогу следует разъяснить ученику, как распределить по времени работу над разучиваемыми произведениями, указать очередность работы, выделить наиболее проблемные места данных произведений, посоветовать способы их отработки.

Самостоятельные домашние занятия учащегося предполагают продолжение работы над освоением произведения, которая была начата в классе под руководством педагога. Выполнение домашнего задания - это работа над деталями исполнения, а также запоминание и исполнение этюда наизусть. Для плодотворной и результативной самостоятельной работы ученику необходимо получить точную формулировку поручения для него домашнего задания, которое будет записано педагогом в дневник учащегося.

Результаты домашней работы проверяются, корректируются и оцениваются преподавателем на уроке.

Проверка результатов самостоятельной работы учащегося должна проводиться педагогом регулярно.

6 МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основная литература

1. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л. Основы характерного танца. - М.-Л.: Искусство, 1939.
2. Джарвишвили Д. Грузинские народные танцы. – Тбилиси: Генатбела, 1975.
3. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно сценический танец.- М.: Искусство, 1976.
4. Каримова Р. Ферганский танец (методическое пособие).- Ташкент: Издательство литературы и искусства Им. Гафура Гуляма, Курбет В., Мардарь М. Молдавские народные танцы. – Кишинёв: Картя Молдавенияскэ, 1969.
5. Надеждина Н. Русские танцы. М.: Госкультпросветиздат, 1951. □ Ткаченко Т. Народный танец.- М.: Искусство, 1967.
6. Устинова Т. Русские народные танцы. – М.: Культпросветиздат, 1950.
7. Устинова Т. Русские народные танцы. – М.: Искусство, 1976.
8. Чурко Ю. Беларуский народный танец. – Минск: Наука и техника, 1972.
9. В.Ф.Матвеев. Теория и методика преподавания русского народного танца. – СПб., 1999.
10. Н.Б.Тарасова. Теория и методика преподавания народно-сценического танца». – СПб., 1996.
11. Сапогов А.А. Гармония духа материи. Спб.: Гиперион, 2003.
12. Ткаченко Т.С. Народный танец. М., 1954, 1967.
13. Ткаченко Т.С. Народные танцы. М., 1975.
14. Н.И. Заикин, Н.А. Заикина. Областные особенности русского народного танца. 1 и 2 части. – Орёл, 2003.
15. Борзов А.А. Танцы народов мира. – М., 2006.
16. Л. Богаткова. Танцы народов СССР. – М., 1951.
17. Гай Тагиров. Татарские танцы. – Казань, 1960.
18. Народные сюжетные танцы. – М, 1975.
19. А.А. Чеботкин. Марийские народные танцы. – Йошкар-Ола, 1975.
20. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М., 2004.
21. Альфонсо Пуиг Кларамунт, Флора Альбайсин. Искусство танца фламенко. – М., 1997.
22. Нилов В.Н. Северный танец. Традиции и современность. – М., 2005.
23. И. Дубовская. Песни, хороводы, кадрили Белого моря. – Мурманск, 2007.
24. СПБГУП. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика. – СПб., 2006.

Дополнительная литература

1. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Этюды. – М., 2004.
2. Альфонсо Пуиг Клараунт, Флора Альбайсин. Искусство танца фламенко. – М., 1997.
3. Нилов В.Н. Северный танец. Традиции и современность. – М., 2005.
4. И. Дубовская. Песни, хороводы, кадрили Белого моря. – Мурманск, 2007.
5. СПбГУП. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика. – СПб., 2006.