

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
"ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО"**

Рабочая программа по учебному предмету

*« Народно-сценический танец »*

Санкт - Петербург

2022

«Рассмотрено» Методическим  
советом ДШИ им. Г.В.Свиридова

26.08 2022

« Утверждаю»  
Директор Н.М. Веледева

26.08.2022

Разработчики:

**Ахтямзанова С.Г.**, преподаватель классического танца ДШИ им. Г.В. Свиридова

Рецензент:

**Янанис Н.С.**, заслуженная артистка России , профессор,  
заведующая кафедрой исторического, характерного, современного танца  
и актерского мастерства Академии русского балета им.А.Я. Вагановой.

Рецензент:

**Смирнова Е.А.**, заместитель директора по учебной работе Детской школы искусств  
им. Г.В. Свиридова, преподаватель высшей квалификации, методист секции хореографии  
СПб ГБОУ ДПО УМЦ.

# 1 год обучения

На первом году обучения происходит первоначальное знакомство учащихся с дисциплиной "Народно-сценический танец". В первом полугодии особое внимание следует уделить постановке корпуса, ног, рук и головы в упражнениях у станка и на середине зала. Изучаются простейшие движения народно-сценических танцев, упражнения на развитие координации. Во втором полугодии составляются несложные танцевальные комбинации, этюды на 16-32 тактов из пройденных движений. В течении первого года обучения изучаются элементы: русского, белорусского, литовского\* танцев.

## Экзерсис у станка

### Позиции ног:

1. Пять открытых:  
1,2,3,4,5 открытые позиции народно-сценического танца аналогичны 5 позициям классического танца.
2. Пять прямых
3. Пять свободных
4. Две закрытые

### Позиции и положения рук:

1. Семь позиций:  
1-я, 2-я,3-я позиции аналогичны 1-й,2-й,3-й позициям рук классического танца

4-я – руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии.

5-я- обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу.

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.

2. Подготовительное положение – обе руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти свободны и повернуты ладонью к корпусу.

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

Открывание и закрывание руки:

1. Правильное положение руки на талии (бедре).
2. Положение головы и корпуса.

1. Demi-plie и grand-plie плавное по открытым позициям (1,2,3)

2. Переходы из позиции в позицию -  
- через battement tendu.

3. Battement tendu с переходом работающей ноги с носка на каблук.

4. Battement tendu jete с акцентом от «себя».

5. Rond de jambe par terre.

6. Дробные выстукивания.

7. Releve (подъем на полупальцы).

## Экзерсис на середине зала

### Элементы русского танца

1. Раскрывание и закрывание рук.
2. Поклоны.
3. Притопы.
4. Перетопы тройные.
5. Простой русский шаг.
6. Переменный шаг.
7. Боковой шаг на всей стопе и на п/пальцах по прямой позиции.
8. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции.
9. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу.
10. Подскоки.
11. «Ковырялочка» с тройным притопом.
12. «Гармошка».

### Элементы белорусского танца

1. Притопы одинарные.
2. Подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.
3. Тройные подскоки.
4. Тройные притопы с поклоном.
5. Кружение с припаданием.

### Движения польки

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

На 1 году обучения рекомендуется изучать:

Русские танцы

Белорусские танцы

Литовские танцы\* (на усмотрение педагога).

По окончании 1 года обучения учащиеся должны знать и уметь:

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

## **Второй год обучения**

Второй год обучения включает в себя дальнейшее изучение элементов у станка, а также более сложные танцевальные композиции, способствующие развитию координации движений учащихся. Изучаются элементы украинского, итальянского танцев. Усложняются элементы русского танца. Изучаются первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

### **Экзерсис у станка**

1. Переходы из позицию в позицию через каблук, полупальцы.
2. Battement tendu с demi-plié на опорной ноге в момент перевода работающей ноги на каблук.
3. Battement tendu jete с plié на опорной ноге.
4. Pas tortille с ударом стопой\*.
5. Подготовка к «веревочке» на целой стопе, «веревочка»\*.
6. Упражнения для бедра на целой стопе.
7. Подготовка к «голубцу» с одним ударом, с двойным ударом.
8. Подготовительное упражнения к полуприсядкам и присядкам.

### Упражнения на середине зала

#### Элементы украинского танца

1. Позиции и положения ног и рук.
2. Притоп.
3. Ход «бигунец» (основной ход).
4. «Голубец» и притоп.
5. Боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону.

6. «Упадание».
7. «Угинание».
8. «Вихлястник».
9. «Веревочка»\*

#### Элементы итальянского танца

1. Положения рук, ног , характерные для танца.
2. Движения рук с тамбурином.
3. Бег.
4. Pas balance.
5. Соскок во 2 позицию (pas echange).
6. Тройная дробь.
7. Выбрасывание ноги с носка на каблук.
8. Подскоки
9. Проскальзывание на опорной ноге с выносом ноги на носок.

#### Хлопки и хлопушки

-одинарные, двойные, тройные\* (фиксирующие удары и скользящие удары):

- в ладошки, по бедру, по голенищу сапога.

#### Присядки

1. Подготовка к присядке.
2. Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободным позициям.
3. Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.\*
4. Полуприсядка.

#### Подготовка к вращениям на середине зала

1. Полуповороты по четвертям круга.
2. Припадание по схеме: три на месте, а четвертое в повороте на 45 градусов.
3. Подскоки по той же схеме.
4. Подскоки в повороте на 45 градусов подряд.

По окончании 2 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 и манеру исполнения русского, украинского, итальянского танцев;
- первоначальные навыки при исполнении вращений и подготовок к ним.

### **Третий год обучения**

На третьем году обучения происходит дальнейшее изучение элементов у станка, более сложные танцевальные композиции. Изучаются элементы венгерского, итальянского сценических танцев.

Усложняются элементы русского, украинского\* танцев

#### Экзерсис у станка

1. Battement tendu:
  - а) с подъемом пятки опорной ноги на вытянутой ноге,
  - б) с переходом работающей ноги с носка на каблук и с ударом в 3-й позицию,
  - в) с переходом работающей ноги с носка на каблук и plie в 3-й позиции.
2. Pas tortille с ударом стопой.
3. Подготовительное движение к flic-flac и с ударом ноги в пол.
4. Rond de pied par terre.
5. Подготовка к «веревочке» на целой стопе и с подъемом на полупальцы\*, «веревочка».
6. Battement fondu на целой стопе\*

7. Battement developpe (плавное).
8. Подготовка к «штопору». «Штопор».\*
9. «Голубец» с одним ударом обеих ног, с двойным ударом обеих ног.

#### Упражнения на середине зала

#### Элементы венгерского сценического танца

- открывание руки,
- закладывание кисти за голову,
- опускание руки на бедро,
- руки скрещены на груди

1. Balance на effacee и croisee.
2. Основной вид хода для академического венгерского танца.
3. «Голубец».
4. Ход вперед с ударом всей стопой на croisee.
5. Подготовка и голубец с продвижением в сторону.
6. Народный ход для танца «Чардаш».
7. Заключение одинарное и двойное.
8. «Веревочка».

#### Элементы украинского танца

1. «Вихлястник» с поворотом.
2. «Веревочка».
3. «Разношка» в сторону на ребро каблука (для мальчиков).

#### Элементы итальянского танца

1. Два вида хода вперед а) «ballone»\*  
б) «emboite»\*
2. Проскальзывание в позе 1-го arabesque.
3. Pas echarpe с поворотом и tire-bouchon\*.

## Элементы русского танца

1. Дроби.
2. Дорожка (продвижение в сторону с поочередными ударами полупальцев сзади и спереди).
3. «Полуприсядка» (для мальчиков).
4. «Веревочка».
5. Хлопушки (для мальчиков).
  - а) на подскоках с ударом по голенищу сапога перед собой, сзади,
  - б) удары двумя руками по голенищу одной ноги.

## По окончании третьего года обучения учащиеся

### должны знать и уметь:

- грамотно исполнять программные движения у станка и на середине зала,
- манеру исполнения упражнений и характер русского, украинского, венгерского, итальянского танцев.

## **Четвертый год обучения**

Четвертый год обучения включает в себя дальнейшее изучение элементов у станка, а также более сложные танцевальные композиции. Изучаются элементы венгерского, испанского, молдавского, татарского сценических танцев.

### Экзерсис у станка

1. Demi-plie и grand plie выворотное, отрывистое и в комбинации с невыворотном.
2. Battement tendu:
  - а) с подъемом пятки работающей ноги, с demi-plie и tombe,
  - в) с выносом ноги на каблук.
3. Battement tendu jete с одним ударом стопой в пол по позиции через demi-plie.
4. Rond de jambe и rond de pied (с поворотом стопы опорной ноги).

5. Дробные выстукивания в испанском характере.
6. Flic-flac.
7. Упражнения для бедра на целой стопе и с подъемом на полупальцы.
8. «Веревочка» с подъемом на полупальцы.
9. Battement fondu на целой стопе.
10. Battement developpe резкое.
11. Grand battement jete на plie.
12. Одинарное и двойное заключение без поворота.
13. Port de bras, перегибы корпуса.

#### Упражнения на середине зала

##### Элементы венгерского танца

1. Открывание руки «восьмеркой».
2. Заключение одинарное и двойное.
3. «Веревочка» с подъемом на полупальцы.

##### Элементы испанского сценического танца

1. Port de bras.
2. Balance с различными положениями корпуса, рук, головы.
3. Pas de basque сценический 1 и 2 вид.
4. Battement tendu.
5. Простейшие выстукивания (чередование ударов полной стопы, каблука и полупальцев).

##### Элементы молдавского танца

1. Положение рук.
2. Положение рук в сольном и массовом танце.
3. Ход с подскоками (на месте, с поворотом, с продвижением).
4. Бег (ноги отбрасываются назад, на месте, с поворотом, с продвижением).

5. Боковой ход на одну ногу, другая поднимается под колено.
6. Припадание (перекрестный ход) со сменой позиции спереди и сзади.
7. Ход на одну ногу с прыжком.
8. Боковой ход с каблука.
9. Выбросы ног крест-накрест с подскоком на одной ноге.

### Элементы татарского танца

1. «Тэп йереш» (основной ход)
2. Боковой ход с отбрасыванием ноги в сторону.
3. «Борма».
4. «Ярты борма».
5. Одинарное «чалыштыру».
6. Прыжновое «чалыштыру».
7. Двойное «чалыштыру».
8. «Баш-укчэ» (пятка-носок).
9. «Укчэ-баш» (пятка-носок).
10. «Челбыр» «цепочка».
11. «Бау» (веревочка мужская).
12. «Качалка» (мужская).

По окончании четвертого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно, выразительно экзерсис у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве во время движений танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

### **Пятый год обучения**

Изучаются элементы польского, испанского, цыганского сценических танцев. Танцы народов Средней Азии и Кавказа (по желанию педагога)\*.

### Экзерсис у станка

1. Grand plie по 6 позиции с поворотом коленей.
2. Battement tendu с выносом на каблук:
  - а) с поворотом бедра,
  - б) с мазком полупальцами по полу.
3. Double-flic с ударом каблука опорной ноги.
4. «Веер» на полу с double-flic.
5. Подготовка к «качалке», и «качалка».
6. Опускание на подъем (для венгерского танца).
7. Battement fondu на полупальцах\*.
8. Battement developpee с 2-мя ударами каблука.
9. Grand battement jete с tombee coupe.
10. Одинарное и двойное заключение с поворотом на 180 градусов.
11. Cabriole на 45 градусов вытянутыми ногами.
12. Повороты.

#### Упражнения на середине зала

#### Элементы польского танца

1. «Отбиянэ» и «ходовэ».
2. «Pas de basgue».
3. «Balance» в мазурке.
4. «Pas de bouree» по 3 и 1 полувыворотным позициям.
5. «Pas couggu» (легкий бег).
6. «Pas gala» (мазур).
7. Ключ одинарный и двойной.
8. Голубец с продвижением в сторону.
9. Хлопок в ладоши (скользящий).
10. «Cabriole» на 45 градусов.

#### Элементы испанского народного танца

##### «Арагонская хота»

1. Основной ход: «pas de basgue».

2. «Assemble-ouvert», «pas de bouree».
3. «Ballonne» - поворот.
4. Мелкие шаги вперед по 3 позиции и отход назад.

#### Элементы цыганского танца

1. Основной ход вперед.
2. Ход с продвижением назад.
3. Ход с чечёткой.
4. Женский боковой ход.
5. Повороты.
6. Чечётка.
7. Голубец с пристукиванием.
8. Дрожь плечей.

#### Элементы узбекского танца

1. Движения кистей рук:
  - а) сгибания и разгибания в запястьях,
  - б) с поворотом в запястье,
  - в) щелчки пальцами,
  - г) хлопки в ладоши.
2. Движения рук.
3. Движения плеч поочередные и одновременные.
4. Движения головы из стороны в сторону.
5. Ходы:
  - а) шаг вперед с последующими скользящими шагами,
  - в) поочередные переступания (одна нога на полной стопе, другая на полупальцах).
6. «Гармошка».
7. Опускание на колени.
8. Перегибания корпуса назад, стоя на одной ноге, с другой вытянутой вперед.

По окончании пятого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- исполнять грамотно и выразительно технически сложные движения у станка и на середине зала;
- передавать в движении сложные ритмические рисунки изучаемых танцев;
- передавать национальный характер сценических танцев.

**Шестой год обучения**

Изучаются элементы польского, венгерского, испанского, цыганского, русского сценических танцев, танцы народов Кавказа, танцы народов Поволжья (по желанию педагога).

Экзерсис у станка

1. Flic-flac с поворотом стопы и со скачком.
2. Veer на 25 градусов со скачком.
3. «Восьмерка» носком (par terre), сопровождаемая рукой.
4. Rond de jambe с поворотом стоп и со скачком.
5. Battement fondu на 90 градусов с tire-bouchon.\*
6. Опускание на подъем и переход на другое колено.\*

Упражнения на середине зала

Элементы грузинского танца

1. «Сада сриала» скользящий ход (женский).
2. «Ртула» (мужской ход).
3. Женский боковой ход «в 3 удара».
4. Ход на полупальцах (вперед и назад).
5. «Гасма».
6. «Чаквра» (1 вид).

Вращения на середине зала

1. Приемом pirouettes.
2. Припадания мелкие, быстрые.
3. «Обертас» по 1 прямой позиции\*.
4. «Обертас» с rond на 45 градусов\*.

### Вращения по диагонали

1. Tour-riqué в раскладке, с рукой в характере украинского танца, с рукой с платочком в характере русского танца.
2. Бег с выбрасыванием ног назад.
3. Большие «блинчики» в сочетании с бегом в различных ритмических рисунках, в сочетании с Chaine\*.
4. Дробные выстукивания в повороте в соединении с шагом на каблук, выносом ноги на каблук, «ковылялочкой»\*.

### Вращения по кругу

1. Подскоки, вращения за один шаг.
2. Бег по 1 прямой позиции.
3. «Шаг-каблучок», вращения за один шаг\*.
4. «Tour-riqué» в раскладке с рукой за голову (украинское), с платочком (русское) в 3 позицию\*.

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

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала, в соответствии с программными требованиями;
- образно передавать национальный характер и калорит сценических танцев;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, развивать физическую выносливость.

## Список рекомендуемой литературы

- Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л. Основы характерного танца  
М.-Л.:Искусство, 1939.
- Тарасова Н.Б. Теория и методика преподавания народно-  
сценического танца. Учебное пособие. Академия Русского  
балета им. А.Я.Вагановой. СПб, 2011.
- Генслер И.Г. Методика преподавания характерного танца.  
Учебное пособие. Академия Русского балета им. А.Я.Вага-  
новой. СПб, 2011.
- Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е.  
Народно-сценический танец. М.; Искусство, 1976.
- Ткаченко Т. Народный танец. М., Искусство 1967
- Курбет В., Мардарь., Молдавские народные танцы. Кишинев,1969.
- Тагиров Г. Татарские танцы Казань 1984
- Каримова Р. Ферганский танец (методическое пособие), Ташкент.
- Чурко Ю. Белорусский народный танец. Минск,1972.

