

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ  
им. Г.В.СВИРИДОВА»

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

Рабочая программа по учебному предмету  
*« Народно-сценический танец »*

Рассмотрено на заседании  
Педагогического совета  
СПб ГБУ ДО «Санкт-Петербургская  
детская школа искусств  
им. Г.В. Свиридова»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор СПб ГБУ «Санкт-Петербургская  
детская школа искусств  
им. Г.В. Свиридова»  
\_\_\_\_\_ Н.М. Веледева

Протокол № 3 от 26.08.2025

«26» августа 2025 г.

Разработчик:

**Цветкова Н.В.**, преподаватель классического танца СПб ГБУ ДО «Санкт-Петербургская детская школа искусств 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.**, ЗРК, заместитель директора по учебной работе СПб ГБУ ДО  
«Санкт-Петербургская детская школа искусств им. Г.В.Свиридова»,  
преподаватель высшей квалификации

## Первый 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 каблуки, 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. Подготовительные 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. «Вихилястник».
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 echarpe).
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. «Веребочка».

#### Элементы украинского танца

1. «Вихлястник» с поворотом.
2. «Веребочка».
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. «Веребочка» с подъемом на полупальцы.

##### Элементы испанского сценического танца

1. Port de bras.
2. Balance с различными положениями корпуса, рук, головы.
3. Pas de basgue 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 courru» (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. Веер 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-piège 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 Chaîne\*.
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-каблук», вращения за один шаг\*.
4. «Tour-piège» 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

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