

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение -
средняя общеобразовательная школа № 82

СОГЛАСОВАН
Педагогический совет
МБОУ СОШ № 82
протокол № 1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДЕНО:
Директор _____ Л. А. Туканова
приказ № 426-од от 31.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ»

**(ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Народный танец»)

Возраст обучающихся: 6 - 15 лет.

Срок реализации 3 года

Составитель: Петров Александр Васильевич
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург
2023

Ожидаемые результаты освоения образовательной программы.

Обучающиеся 1-го года обучения будут:

- знать правила поведения на занятии и технику безопасности выполнения упражнений;
- уметь исполнять основные движения, упражнения, танцевальные комбинации и танцы;
- знают отдельные упражнения хореографии
- уметь управлять своим телом (правильная постановка корпуса);
- умеют двигаться в заданном пространстве, танцевать под музыку, передавать в движениях, пластике характер музыки, игровой образ;
- знают танцевальную терминологию;
- знают основные рисунки танца: простой, сложный;
- знают основные комбинации танца.
- знают о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- уметь работать в коллективе, осознавая себя его частью;

Обучающиеся 2-го года обучения будут:

- знать хореографические термины и перевод всех исполняемых движений;
- уметь самостоятельно подбирать музыкальный материал и импровизировать;
- уметь координировать свои движения;
- уметь импровизировать в группе;
- уметь исполнять танцевальные композиции на середине зала;
- исполнять танцевальные комбинации, этюды и номера;
- уметь управлять своим телом;
- развито чувство ритма, координация, пластические навыки, свобода движений;
- знать правила поведения на сцене;
- уметь самостоятельно придумывать небольшие учебные комбинации;
- уметь исполнять хореографические композиции на сцене;

Обучающиеся 3-го года обучения:

- освоят сложные танцевальные и акробатические элементы;
- освоят хореографическую работу в дуэте;
- проявят творческие способности в представлении сольных работ;
- разовьют силу мышц, выносливость;
- определяться с предпрофессиональной подготовкой в хореографическом направлении.

Содержание учебного плана 1 год обучения

Тема 1. Вводное организационное занятие.

Теория: Знакомство с программой занятий. Режим занятий, правила поведения на занятиях. Правила безопасности при выполнении упражнений. Инструктаж по технике безопасности. Внешний вид, наличие формы для занятий.

Практика: Игры на знакомство: «Здравствуй, Катя», «Давай познакомимся».

Раздел «Народно-сценический танец».

Тема 1. Природа танца и его виды

Теория: Танец - самостоятельный вид искусства. Специфика содержания и самобытность танцевальной формы. Условность танца, отличие его от пантомимы. Виды танца: народный, классический, балетный, современный и др. Взаимосвязь отдельных видов. Основополагающая роль народного танца. Виды народного танца: фольклорный, академический, народно-сценический, стилизованный народный танец.

Практика: Определение вида танца по видеоматериалу.

Тема 2. Народный экзерсис на середине зала

Теория: Назначение народного экзерсиса. Отличие народного экзерсиса от классического.

Практика: Постановка корпуса, рук, ног, головы в народном характере. Препарасьон в народном танце. Позиции ног и переводы ног из позиции в позицию. Позиции и положения рук, различные пор де бра в определённом характере, перегибы корпуса.

Тема 3. Движения и рисунки русского народного танца

Теория: Развитие русского танца тесно связано с историей народа, с его бытом и обычаями.

Практика: Медленные плавные хороводы, лихие переплясы, величавость девичьей пляски, стремительность и удаль мужской пляски требуют большой работы по изучению каждого движения. Изучая простые движения и переходя к более сложным, обращаем всё время на характер и манеру исполнения. Изучаем различные ходы, тренируем простые дробы, учим подготовку к «верёвочке», «моталочке», «ковырялочке», «молоточке». Выполнить поклоны русского танца. Изучаем рисунки русского танца: круги, звёздочки, шей и другие.

Тема 4. Вращения

Теория: Вращение-элемент танца. Правила выполнения вращений.

Практика: учимся вращаться вокруг себя на месте. Подготовка к вращениям с продвижением по прямой, по диагонали, на простых шагах с подъёмом колена, затем с подскоком. Проучиваем подготовку к началу вращения и остановку.

Тема 5. Присядки и хлопушки

Теория: присядки и хлопушки-элемент танца. Правила выполнения элементов.

Практика: изучаем подготовки к хлопушкам: шаг с хлопком под брошенной вперёд ногой, переступания ногами и хлопки руками поочерёдно. Пробуем простейшие хлопушки, изучаем

присядки в характере русского и белорусского танцев. Комбинации простых хлопучек и присядок. Украинские присядки «ползунок», «метёлочка», «подсечка».

Тема 6. Знакомство с лексикой украинских танцев

Теория: зачем мы изучаем хореографию других народностей. Специфика исполнения лексики украинского танца.

Практика: Разучивание положений рук соло, положения рук в парном танце.

Движения украинского танца: «бегунец», «тынок», «обертас», «дорожка» (припадание), «дорожка-плетень», «верёвочка», «вихилясник», «голубцы». Исполнение движений в чистом виде, а затем в комбинации.

Тема 7. Танцевальные этюды

Практика: Изучаем развёрнутые комбинации для развития танцевальности и техники. Разучиваем законченные этюды, «заготовки» для танцевальных номеров.

Раздел «Постановка хореографических номеров»

Тема 1. Здравствуй, сцена!

Теория: Сцена - зона повышенной травмоопасности. Инструктаж по технике безопасности на сцене. Понятие «артистизм» исполнения. Навыки свободного взора, умение не смотреть под ноги. Уважение к сцене: ни одной соринки и жвачки!

Практика: Выход на сцену и уход за кулисы без дешёвых эффектов. Искусство поклонов

Тема 2. Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций

Теория: Понятие об ансамбле, как о школе внимания, коллективного труда, личной ответственности и дисциплины. Когда и кем поставлены номера.

Практика: Просмотр видеозаписи. Характеристика манеры исполнения. Характеристика нового номера, особенность манеры исполнения. Знакомство с содержанием танца, прослушивание и анализ музыки.

Тема 3. Разучивание лексики номеров

Практика: Комбинации движений из танцев. Проработка лексики материала.

Тема 4. Разучивание рисунка танцев

Теория: Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку.

Практика: Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка. Работа над композиционным рисунком.

Тема 5. Общая композиция танца

Теория: Овладение технической и композиционной структурой танца.

Практика: Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков.

Тема 6. Репетиции на сцене

Практика: Отработка синхронности исполнения, чистоты «произнесения», уточняются стилевые особенности в движении ног, рук, головы. Отработка рисунков, умение сохранять интервалы и ровные круги. Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа. Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах.

Тема 7. Выступления на концертах, праздниках и конкурсах

Практика: Концертные выступления как радостный творческий результат. Радость участия в выступлениях, удовлетворение потребности в творческой деятельности.

Содержание учебного плана 2 года обучения

Тема 1. Вводное организационное занятие. Анонс программного материала. Инструктаж по технике безопасности. Игры – приветствия.

Раздел «Народно-сценический танец»

Тема 1. Хореографу многое надо знать.

Теория: Рассказы о балетмейстерах народно-хореографических ансамблей: Н. Надеждина, П. Вирский, М. Годенко. Исполнительское и педагогическое хореографическое образование: колледжи культуры, университеты культуры и т.д.

Практика: просмотр видеоматериалов.

Тема 2. Профессиональные хореографические коллективы города Екатеринбурга

Теория: Академический театр музыкальной комедии, Академический Уральский народный хор, театр «Провинциальные танцы».

Практика: Просмотр видеоматериалов, посещение и обсуждение концертных выступлений.

Тема 3. Экзерсис народного танца на середине

Теория: проявление народного характера в танце.

Практика: Разминка в различных народных характерах. Усложнение перевода ног из позиции в позицию. Учим флик-фляк - упражнение с ненапряжённой стопой, комбинируем с упаданием и переступаниями. Усложняем большие броски на середине.

Тема 4. Усложнённая лексика русского танца

Теория: Танец - душа народа. Разнообразие русских народных танцев. В каждом регионе русский танец со свойственной ему лексикой, приёмами, манерой и стилем исполнения. Практика: Развитие танцевального движения за счёт «подскока», «соскока», «перескока», разнообразных притопов и т.д. Различные виды «верёвочек» (с переступаниями, с двойными ударами впереди опорной стопы, двойная верёвочка, с выносом ноги на каблук, с ножницами). Усложнение ранее изученных движений (синкопированные дробные движения).

Тема 5. Знакомство с лексикой молдавского танца

Теория: Характеристика народной хореографии Молдавии.

Практика: Изучение положения рук просто и в паре. Знакомство с различными ходами молдавского танца «хоро», «молдовеняска», «жок». Синкопированные движения из танца «Тэбэкеряска».

Тема 6. Усложнённые вращения

Теория: уровень сложности во вращениях.

Практика: Вращения с продвижением по прямой, по диагонали, по кругу.

Тема 7. Присядки, хлопушки, трюки

Теория: правила комбинирования присядки, хлопушки, трюки.

Практика: Комбинации присядок, комбинации хлопушек в различных характерах. «Подсечка», «ползунок», присядка- разножка, «метёлочка». Усложнённые хлопушки в сочетании с продвижением по кругу. Подготовка к «закладкам» и «качалке».

Тема 8. Танцевальные этюды

Теория: особенности исполнения развернутых комбинаций и танцевальных этюдов.

Практика: Разучивание развёрнутых комбинаций и танцевальных этюдов в характере танцев, изучаемых в этой возрастной группе. Работа над техникой, над выразительностью, над танцевальностью.

Раздел «Постановка хореографических номеров»

Тема 1. Здравствуй, сцена.

Теория: Сцена - зона повышенной травмоопасности. Инструктаж по технике безопасности на сцене. Понятие «артистизм» исполнения.

Практика: формирование навыка свободного взора, умение не смотреть под ноги. Уважение к сцене: ни одной соринки и жвачки! Выход на сцену и уход за кулисы без дешёвых эффектов. Искусство поклонов.

Тема 2. Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций

Теория: Понятие об ансамбле, как о школе внимания, коллективного труда, личной ответственности и дисциплины. Когда и кем поставлены номера.

Практика: Просмотр видеозаписи. Характеристика манеры исполнения. Характеристика нового номера, особенность манеры исполнения. Знакомство с содержанием танца, прослушивание и анализ музыки.

Тема 3. Разучивание лексики номеров

Теория: лексика танцевального материала.

Практика: Комбинации движений из танцев. Проработка лексики материала.

Тема 4. Разучивание рисунка танцев

Теория: Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку.

Практика: Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка. Работа над композиционным рисунком.

Тема 5. Общая композиция танца.

Теория: техника и композиционная структура танца.

Практика: Овладение технической и композиционной структурой танца. Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков.

Тема 6. Репетиции на сцене

Практика: Отработка синхронности исполнения, чистоты «произнесения», уточняются стилевые особенности в движении ног, рук, головы. Отработка рисунков, умение сохранять интервалы и ровные круги. Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа. Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах.

Тема 7. Выступления на концертах, праздниках и конкурсах.

Практика: Концертные выступления, как радостный творческий результат, удовлетворение потребности в творческой деятельности.

Содержание учебного плана 3 года обучения

Тема 1. Вводное организационное занятие.

Раздел «Народно-сценический танец»

Тема 1. Профессия - артист балета.

Теория: Рассказы об артистах балета народных хореографических ансамблей. Профессиональные артисты города Екатеринбурга.

Практика: Просмотр видеоматериалов, посещение и обсуждение концертных выступлений.

Тема 2. Экзерсис народного танца.

Теория: Особенности работы мышц в народном танце.

Практика: Разминка с учётом специфики работы мышц в народном танце. Усложнённые порде бра в восточном и цыганском характерах. Темповое усложнение комбинаций на традиционных движениях.

Тема 3. Усложнённая лексика русского танца.

Теория: Уровень сложности по координации движений рук и ног. Дробные движения. Специфика уральского русского танца. Манера исполнения у девочек и мальчиков.

Практика: Работа над сложными по координации движениями рук и ног в лирических русских танцах. Комбинации drobных движений из репертуарных танцев. Исполнение хлопушковых комбинаций в быстром темпе из возрастного репертуара.

Тема 4. Лексика еврейского танца.

Теория: Многообразие хореографии еврейского народа. Разнообразие положений рук по - одиночке и в паре. Умение использовать в танце детали костюма.

Практика: Знакомство с различными ходами и движениями еврейского танца.

Тема 5. Усложнённая лексика танцев народов СНГ.

Теория: Характеристика народной хореографии.

Практика: Изучение положений рук по - одиночке и в паре. Знакомство с различными ходами и движениями танца.

Тема 6. Лексика восточного танца (для девочек) и матросского танца (для мальчиков).

Теория: Характеристика народной хореографии Востока и матросского танца.

Практика: Изучение положений и позиций рук. Знакомство с различными движениями восточного и матросского танцев.

Тема 7. Усложнённые вращения и трюки.

Теория: «Трюковое» исполнение движений у мальчиков и девочек.

Практика: Туры и вращения на месте, по диагонали и по кругу усложнённые за счёт темпа и ритма. Комбинации вращений. Трюки у мальчиков - «револьтад», «экскаватор», «промакашка», «разножка» в воздухе и др.

Тема 8. Танцевальные этюды.

Теория: Комбинации танцевальных движений в характерах пророченных национальностей. Развёрнутые комбинации для развития танцевальности и техники.

Практика: Разучивание этюдов для танцевальных номеров.

Раздел «Постановка хореографических номеров»

Тема 1. «Всяк спляшет, да не всяк танцор!»

Теория: Сцена - возможность проявить себя. Понятие «артистизм» исполнения.

Практика: Навыки свободного взора, умение не смотреть под ноги. Выход на сцену и уход за кулисы без дешёвых эффектов. Искусство поклонов.

Тема 2. Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций.

Теория: Понятие об ансамбле, как о школе внимания, коллективного труда, личной ответственности и дисциплины. Когда и кем поставлены номера.

Практика: Просмотр видеозаписи. Характеристика манеры исполнения. Характеристика нового номера, особенность манеры исполнения. Знакомство с содержанием танца, прослушивание и анализ музыки.

Тема 3. Разучивание лексики номеров

Теория: Особенности исполнения движения в танце.

Практика: Комбинации движений из танцев. Проработка лексики материала.

Тема 4. Разучивание рисунка танцев

Теория: Знакомство с общим рисунком танца. Знакомство с переходами от рисунка к рисунку.

Практика: Отработка сложных переходов. Заучивание рисунка. Работа над композиционным рисунком.

Тема 5. Общая композиция танца.

Теория: композиция танца: особенности, структура.

Практика: Овладение технической и композиционной структурой танца. Проработка самых сложных моментов танца: движений, рисунков, перестроений.

Тема 6. Репетиции на сцене.

Практика: Отработка синхронности исполнения, чистоты «произнесения», уточняются стилевые особенности в движении ног, рук, головы. Отработка рисунков, умение сохранять интервалы и ровные круги. Работа над эмоциональностью и танцевальностью, над достоверностью сценического образа. Репетиции с реквизитом и деталями костюмов. Репетиции в костюмах.

Тема 7. Выступления на концертах, праздниках и конкурсах.

Практика: Концертные выступления как радостный творческий результат. Радость участия в выступлениях, удовлетворение потребности в творческой деятельности.

1 год обучения
Тематическое планирование
Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа – 136 часа в год.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное организационное занятие	3	1	2	Опрос, беседа.
2.	Народно-сценический танец	82	6	76	
2.1	Природа танца и его виды	4	1	3	Опрос
2.2.	Народный экзерсис на середине зала	10	1	9	Контрольное задание
2.3	Движения и рисунки русского народного танца	15	1	14	
2.4.	Вращения	15	1	14	Контрольное задание
2.5.	Присядки и хлопушки	15	1	14	Контрольное задание
2.6.	Знакомство с лексикой украинских танцев	10	1	9	Контрольное задание
2.7	Танцевальные этюды	13	0	13	Контрольное задание
3.	«Постановка хореографических номеров»	59	4	55	
3.1.	Здравствуй, сцена.	2	1	1	Опрос
3.2.	Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций	9	1	8	Творческое задание
3.3.	Разучивание рисунка танцев	9	1	8	Творческое задание
3.4.	Общая композиция танца	9	1	8	Творческое задание
3.5.	Репетиции на сцене	15	0	15	Творческое задание
3.6.	Выступления на концертах, праздниках и конкурсах	7	0	7	Отчетный концерт

2 год обучения

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа – 204 часов в год.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное организационное занятие	3	1	2	Опрос, беседа.
2.	«Народно-сценический танец»	125	11	114	
2.1.	Хореографу многое надо знать	2	1	1	Опрос, беседа.
2.2.	Профессиональные хореографические коллективы города Екатеринбурга	6	1	5	Опрос
2.3.	Экзерсис народного танца на середине	20	2	18	Контрольное задание
2.4.	Усложнённая лексика русского танца	20	2	18	Контрольное задание
2.5.	Знакомство с лексикой молдавского танца	19	1	18	Контрольное задание
2.6.	Усложнённые вращения	19	1	18	Контрольное задание
2.7.	Присядки, хлопушки, трюки	19	1	18	Контрольное задание
2.8.	Танцевальные этюды	20	2	18	Контрольное задание
3.	Постановка хореографических номеров»	88	10	78	
3.1.	Здравствуй, сцена	4	2	2	Опрос.
3.2.	Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций	10	2	8	Творческое задание
3.3.	Разучивание лексики номеров	10	2	8	Творческое задание
3.4.	Разучивание рисунка танцев	10	2	8	Творческое задание
3.5.	Общая композиция танца	10	2	8	Творческое задание
3.6.	Репетиции на сцене	17	0	17	Творческое задание
3.7.	Выступления на концертах, праздниках и конкурсах.	15	0	15	Результат выступления

3 год обучения

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа – 306 часов в год.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное организационное занятие	3	1	2	Игра
2.	Народно-сценический танец	136	11	125	
2.1.	Профессия - артист балета.	2	1	1	Беседа. Опрос.
2.2	Экзерсис народного танца.	2	1	1	Контрольное задание
2.3.	Усложнённая лексика русского танца.	13	1	12	Контрольное задание
2.4.	Лексика еврейского танца.	20	2	18	Контрольное задание
2.5.	Усложнённая лексика танцев народов СНГ.	30	2	28	Контрольное задание
2.6.	Усложнённые вращения и трюки.	29	2	27	Контрольное задание
2.7.	Танцевальные этюды.	40	2	38	Контрольное задание
3.	Постановка хореографических номеров	185	30	155	
3.1.	«Всяк спляшет, да не всяк танцор!»	5	2	3	Устный опрос
3.2.	Постановка танцев из репертуара ансамбля и новых композиций.	40	5	35	Творческое задание
3.3.	Разучивание лексики номеров	30	5	25	Творческое задание
3.4.	Разучивание рисунка танцев	30	5	25	Творческое задание
3.5.	Общая композиция танца	30	5	25	Творческое задание
3.6.	Репетиции на сцене.	12	0	12	Творческое задание
3.7.	Выступления на концертах, праздниках и конкурсах.	20	0	20	Отчетный концерт

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 483482145804926787460742969939487588108943585778

Владелец Туканова Лариса Анатольевна

Действителен с 26.02.2026 по 26.02.2027