

УТВЕРЖДЕНО

Постановление
Министерства образования
Республики Беларусь
09.01.2024 № 2

**Учебная программа факультативных занятий «Народно-сценический танец»
для II–IX классов учреждений образования, реализующих образовательные
программы общего среднего образования**

**ГЛАВА 1
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1. Настоящая учебная программа факультативных занятий «Народно-сценический танец» (далее – учебная программа) предназначена для учащихся II–IX классов учреждений образования, реализующих образовательные программы общего среднего образования.

2. Настоящая учебная программа рассчитана на 34 или 68 часов во II классе, 35 или 70 часов в III–IX классе (по 1 или 2 часа в неделю) – на усмотрение учащихся (их законных представителей).

3. Цель – ознакомление учащихся с танцевальной культурой, элементами быта и этикой соответствующей эпохи.

4. Задачи:

формирование представлений о народно-сценическом танце, истории его функционирования;

изучение танцевальной культуры разных стран мира, эпох;

развитие сценической выразительности, умения работать с партнером;

развитие координации, ориентации в пространстве, свободы продвижения на площадке.

5. Рекомендуемые формы и методы обучения и воспитания с учетом возрастных особенностей учащихся II–IX классов, содержательного и процессуального компонентов учебного материала:

основными формами обучения являются практические занятия. При этом акцент делается на индивидуальный подход. Объяснительно-иллюстративные и репродуктивные методы – основа практического усвоения материала при обязательной реализации принципов от простого к сложному, последовательности и поэтапности овладения техническими навыками исполнения и развития творческих способностей учащихся. Один раз в полугодие проводятся контрольные занятия. В конце года – занятия-концерты.

В теоретической части подаются сведения об эпохе, костюме, нравах и этикете.

6. Основные требования к результатам освоения содержания учебного материала выражаются в том, что у учащегося будут сформированы:

6.1. представление об особенностях танцевального номера; культуре прошлых эпох и хореографическом искусстве как ее части;

6.2. знание правил исполнения элементов, фигур и грамотного их исполнения; манеры исполнения салонных и народных танцев; особенностей костюмов разных стран, народов; роли и значения народно-сценического танца в контексте всей хореографии;

6.3. умение ориентироваться в пространстве балетного зала, понимать направление движения; ориентироваться в композиции танца, точно запоминать рисунок и последовательность фигур; передавать темповое и метроритмическое своеобразие танца; распознавать характер танца и музыкального сопровождения; воспроизвести манеру исполнения того или иного танца; передать живой характер и легкую манеру исполнения танцев свободной композиции; владеть техникой исполнения народно-сценических танцев, предложенных в настоящей учебной программе.

Соответствие результатов освоения учащимся содержания учебного материала в соответствии с основными требованиями к ним, установленными в настоящем пункте, определяются по результатам самостоятельного выполнения им заданий практического характера.

ГЛАВА 2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

II класс
(34/68 часов)

Развитие ритмичности и музыкальности.

Постановка корпуса – осанка.

Понятия «анфас», «профиль».

Знакомство с основными свободными позициями и положениями рук.

Активизация внимания, моторной памяти.

Материал для изучения

Осанка – правильное положение корпуса, головы.

Позиции и положения ног:

I, II, III свободные позиции, ноги поставлены так, чтобы носки находились под углом 90°;

I параллельная или VI позиция.

Позиции и положения рук:

подготовительное положение – руки свободно опущены вдоль корпуса, кисти повернуты ладонью к бедрам, пальцы собраны вместе.

Понятия вытянутой и сокращенной стопы.

Упражнения для развития подвижности стопы:

отведение и приведение ноги по I свободной позиции;
перевод ноги на каблук.

Шаги с вытянутого носка по I свободной позиции. Музыкальный размер 2/4; 4/4.

Переменный ход. Музыкальный размер 2/4; 4/4.

Положение ноги у щиколотки сбоку, с вытянутой и сокращенной стопой.

Удары ногой по VI позиции с сокращенной стопой. Музыкальный размер 2/4.

Прыжки (*temps levé*) по I свободной и VI позициям. Музыкальный размер 2/4.

Подскоки поочередные на месте и с продвижением вперед, назад с вытянутой и сокращенной стопой. Музыкальный размер 2/4, 3/4.

Шаг польки.

Моталочка на месте.

Ковырялочка на месте.

Упражнения для пальцев и кистей рук. Музыкальный размер 2/4, 4/4:
сгибание кистей вниз-вверх, руки вытянуты в стороны на уровне плеч, вперед – на уровне груди;

«полоскание» – движение рук из стороны в сторону.

Игровые комбинации – импровизация под музыку (медведь, заяка, камыш и так далее).

Поклон. Музыкальный размер 4/4.

Мальчики – I свободная позиция, руки опущены вдоль корпуса, голова прямо;

«раз» – шаг в сторону с вытянутого носка, голова – за ногой;

«два» – подставить другую ногу в I свободную позицию, голова – прямо; «три» – опустить голову вниз;

«четыре» – вернуть голову в исходное положение.

Девочки – I свободная позиция, руки в IV позиции, голова прямо;

«раз» – шаг в сторону с вытянутого носка, голова – за ногой;

«два» – поставить левую ногу в I позицию, голова – прямо;

«три» – присесть, опустить голову вниз;

«четыре» – вытянуть колени, голова прямо.

III класс (35/70 часов)

Знакомство с основными позициями рук.

Знакомство с простейшими движениями русского, белорусского танцев.

Формирование творческого мышления.

Материал для изучения

Позиции рук: I, II, III (открытая).

Упражнения для кистей рук. Музыкальный размер 2/4:

вращательные движения наружу, внутрь;

хлопки в ладони, по бедру (положение кисти – пальцы сгруппированы вместе и вытянуты, запястье не сгибается, рука от локтя до кончиков пальцев образует единый «рычаг»).

Отведение и приведение стопы. Музыкальный размер 2/4:

из I свободной позиции;

с переводом стопы на каблук.

Броски ноги на 35° из I свободной позиции, вперед. Музыкальный размер 2/4.

Полуприседания по I, II, VI свободным позициям. Музыкальный размер 2/4.

Переменный ход. Музыкальный размер 2/4:

с каблука;

с ударом ноги по VI позиции.

Простые шаги с шаркающим ударом каблука по VI позиции. Музыкальный размер 2/4.

Припадание по I свободной позиции. Музыкальный размер 2/4.

Выстукивающие движения по VI позиции в различных ритмических рисунках. Музыкальный размер 2/4.

Притопы – двойной, тройной. Музыкальный размер 2/4.

Галоп – по VI позиции в сторону. Музыкальный размер 2/4.

Подготовка к присяду – отведение прямой ноги назад на носок из VI позиции.

Позиции с приседанием на опорной ноге. Музыкальный размер 2/4.

Бег с отбрасыванием ног назад от колена. Музыкальный размер 2/4.

Полька – на месте, с продвижением вперед, назад. Музыкальный размер 2/4.

Перегибы корпуса вперед, назад, в сторону. Музыкальный размер 3/4; 4/4.

Упражнения импровизационного характера на эмоциональное состояние: гнев, радость, грусть и так далее.

IV класс
(35/70 часов)

Знакомство с составными частями занятия «народно-сценический танец» (экзерсис у станка и на середине зала).

Знакомство с терминологией.

Знакомство с движениями и манерой исполнения белорусского, русского танцев.

Материал для изучения

Упражнения у станка:

Выворотные позиции ног: I, II, V.

Понятие preparation.

Demi plié и grand plié по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4, 4/4, 3/4.

Battement tendu – с переводом стопы на каблук. Музыкальный размер 2/4.

Battement tendu jeté – музыкальный размер 2/4.

Понятие sur le cou-de-pied.

Понятие passé. Подготовка к веревочке. Музыкальный размер 2/4.

Port de bras – вперед, назад, в сторону. Музыкальный размер 3/4, 4/4.

Упражнения лицом к станку:

Pas de bourrée – из стороны в сторону (в характере белорусского танца), музыкальный размер 2/4.

Припадание – из V позиции, музыкальный размер 2/4.

Подбивка – в характере белорусского танца, музыкальный размер 2/4.

Подготовка к качалке, качалочка, музыкальный размер 2/4.

Упражнения на середине зала. Русский танец:

Положение épaulment.

Позиции и положения рук в русском танце.

Port de bras в характере русского танца. Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4.

Основные ходы русского танца: простой, переменный, с каблука в demiplié, с ударом каблука по VI позиции, «горох», «трилистник», «гармошка». Музыкальный размер 2/4.

Моталочка – движение разучивается у станка по VI позиции из положения épaulment. Музыкальный размер 2/4.

Ковырялочка – движение разучивается у станка по VI позиции из положения épaulment. Музыкальный размер 2/4.

Двойная дробь – одной ногой, поочередно, с переступанием. Музыкальный размер 2/4.

Веревочка – в характере русского танца. Музыкальный размер 2/4.

Белорусский танец:

Припадание – по VI позиции с разворотом работающей ноги из выворотного положения в невыворотное, в характере белорусского танца. Музыкальный размер 2/4.

Притоп – двойной, тройной. Музыкальный размер 2/4.

Соскоки – по VI позиции в demi plié, с отбрасыванием ноги назад от колена. С поднятием ног в положении passe. Музыкальный размер 2/4.

V класс
(35/70 часов)

Изучение новых движений у станка.

Аккуратность и точность при исполнении движений.

Внимание на суставно-связочный аппарат коленей (подготовка к присядкам).

Изучение движений русского, белорусского, украинского танцев.

Материал для изучения

Упражнения у станка:

Demi plié и grand plié по выворотным позициям. Музыкальный размер 3/4, 4/4.

- Battement tendu с demi plié и ударом по V позиции. Музыкальный размер 2/4.
Battement tendu jeté с поднятием пятки опорной ноги. Музыкальный размер 2/4.
Каблучное – низкое (положение стопы в sou-de-pied с вытянутым и сокращенным подъемом). Музыкальный размер 2/4.
Понятие en dehors, en dedans.
Rond de jambe par terrée en dehors, en dedans. Музыкальный размер 2/4, 3/4.
Подготовка к веревочке, веревочка – простая, с переступанием. Музыкальный размер 2/4.
Pas tortillé. Музыкальный размер 2/4.
Battement fondu на 45° в сторону. Музыкальный размер 3/4; 4/4.
Relevé lent на 90°. Музыкальный размер 4/4.
Упражнения лицом к станку:
Голубец – в характере украинского танца. Музыкальный размер 2/4.
Присядка – простая (сесть-встать), «мяч» по I, VI позициям, с выносом ноги в сторону на 45°. Музыкальный размер 2/4.
Упражнения на середине зала. Белорусский танец:
Присюды – en face, épaulement, в повороте на 90°. Музыкальный размер 2/4.
Pas de bourrée – из стороны в сторону. Музыкальный размер 2/4.
Полька – простая. Музыкальный размер 2/4.
Моталочка – простая. Музыкальный размер 2/4.
Ковырялочка – простая. Музыкальный размер 2/4.
Основной ход «Бульбы». Музыкальный размер 2/4.
Украинский танец:
Положение рук в украинском танце:
девочки – II, III – открытая, IV позиции, «корзиночка»;
мальчики – II, III – открытая, IV позиции, «корзиночка», руки на затылке.
Бигунец – основной ход украинского танца. Музыкальный размер 2/4.
Веребочка – музыкальный размер 2/4.
Припадание – по III позиции вперед, в сторону, назад. Музыкальный размер 2/4.
Дорожка – ход накрест в продвижении в сторону. Музыкальный размер 2/4.
Выхлясник – простой, с угинанием, с упаданием. Музыкальный размер 2/4.
Голубец – на месте, в продвижении. Музыкальный размер 2/4.
Тынок – маленький. Музыкальный размер 2/4.
Присядка – с выносом ноги в сторону на 45°, «мяч». Музыкальный размер 2/4.
Парно-массовая комбинация «Гопак».
Комбинация для девочек «Веснянка».

VI класс
(35/70 часов)

- Изучение новых движений у станка и на середине зала.
Совершенствование техники исполнения за счет ритмического рисунка, музыкального темпа, координации движений.
Освоение техники исполнения движений мужского украинского танца.
Знакомство с молдавским танцем.

Материал для изучения

- Упражнения у станка:
Demi plié и grand plié – плавные и резкие по выворотным и параллельным позициям – I, II. Музыкальный размер 2/4.
Battement tendu – с опусканием ноги на каблук, в demi plié на опорной ноге. Музыкальный размер 2/4.
Каблучное – с поднятием ноги до колена. Музыкальный размер 2/4.
Flic-flac – из V позиции. Музыкальный размер 2/4.

Rond de jambe par terre с demi plié на опорной ноге. Музыкальный размер 3/4; 4/4.

Développé. Музыкальный размер 4/4.

Выстукивающие движения в характере русского, молдавского танцев. Музыкальный размер 2/4.

Grand battement jeté с опусканием ноги на каблук в demi plié на опорной ноге. Музыкальный размер 2/4; 4/4.

Упражнения лицом к станку:

Дробная подбивка в характере русского танца. Музыкальный размер 2/4.

Присядки – с выносом ноги в сторону на высоту 90°, «разножка», в сторону, вперед. Музыкальный размер 2/4.

Упражнения на середине зала. Русский танец:

Веребочка в комбинации с другими движениями. Музыкальный размер 2/4.

Присядка – с выносом ноги в пол на каблук, с выносом ноги в сторону на высоту 90°, «разножка».

Дроби – одинарные, двойные, синкопированные на месте, в продвижении. Музыкальный размер 2/4.

Хлопушки – по бедру, по голенищу (спереди, внутри, снаружи). Музыкальный размер 2/4.

Прыжки (temps levé) по VI позиции в повороте на 90°, 180°. Музыкальный размер 2/4.

Молдавский танец:

Основные положения рук – II, III – открытая, IV позиции, руки на затылке.

Простые пружинистые ходы – вперед, назад, в сторону; с носка, с каблука, накрест («дорожка»). Музыкальный размер 2/4.

Удары по VI позиции – простые, синкопированные. Музыкальный размер 2/4.

Основной ход «Молдавеняски» – шаг с подскоком и подъемом ноги в положении passé вперед коленом; на месте, в продвижении, в повороте.

Музыкальный размер 2/4.

Боковой ход – бег на одну ногу, другая нога поднимается до положения passé вперед. Музыкальный размер 2/4.

Подскоки с поджатыми коленями на месте. Музыкальный размер 2/4.

Ключ – поочередное вынесение ног на каблук вперед и подскок с поджатыми ногами. Музыкальный размер 2/4.

Соскок на каблук накрест опорной ноги. Музыкальный размер 2/4.

Резкое, поочередное выведение ноги вперед накрест опорной ноги на высоту 35°. Музыкальный размер 2/4.

Комбинация «Молдавеняски» на 32 такта.

Белорусский танец:

Положения рук в паре. «Лявониha», «Крыжачок».

Ход «Лявониhi». Музыкальный размер 2/4.

Основной ход «Крыжачка». Музыкальный размер 2/4.

Веребочка в характере белорусского танца. Музыкальный размер 2/4.

Подготовка к вращениям: упражнения с головой (четкие повороты налево, направо), «точка», поворачиваясь вокруг своей оси простыми шагами. Музыкальный размер 2/4.

Присюды – в комбинациях. Музыкальный размер 2/4.

Ras de basque (па де баск). Музыкальный размер 2/4.

Вращения – на месте, в продвижении по диагонали на подскоках. Музыкальный размер 2/4.

Комбинации на 16 тактов на материале «Лявониhi», «Крыжачка».

VII класс (35/70 часов)

Использование положения épaulement croisée, effacée у станка и на середине зала; на материале изученных народных танцев.

Знакомство с техникой и манерой исполнения польского танца «Краковяк».

Материал для изучения

Упражнения у станка:

Demi plié и grand plié по выворотным и параллельным позициям – I, II, VI.
Музыкальный размер 3/4; 4/4.

Battement tendu jeté в характере польского танца. Музыкальный размер 2/4; 3/4. Rond de jambe par terre в характере молдавского танца. Музыкальный размер 2/4; 3/4; 6/8.

Battement fondu в характере молдавского танца. Музыкальный размер 3/4; 6/8. Développé в характере венгерского танца. Музыкальный размер 4/4.

Grand battement jeté с «закладкой» в колено в характере украинского мужского танца. Музыкальный размер 2/4; 4/4.

Ползунец – мужской, украинский, на месте. Музыкальный размер 2/4, 4/4.

Метелочка – мужская, украинская, в продвижении по станку. Музыкальный размер 2/4.

В упражнениях у станка используются позы и движения, характерные для танцевальной культуры данного народа. Упражнения на середине зала. Польский танец. Основные позиции и положения рук: I, II, III – открытая, IV позиции, «корзиночка», держась за юбку одной или двумя руками, «восьмерка». Скользящий голубец – в продвижении в сторону. Музыкальный размер 2/4. Ключ – разведение пяток, с последующим их соединением (одинарный, двойной). Музыкальный размер 2/4. Опускание на колено в полупрыжке (мужское). Музыкальный размер 2/4.

Краковяк. Музыкальный размер 2/4. Основные положения рук:

мальчик и девочка держатся за руки, опущенные вниз, поднятые вперед;

в паре руки крест-накрест;

мальчик держит девочку правой рукой за талию, а левой – за левую руку девочки, вытянутую вперед;

девочка – левая рука в левой руке мальчика, правая – в IV позиции;

танцующие стоят лицом друг к другу, держась за руки, отведенные в сторону по II позиции.

Pas de basque – па де баск, основной ход. Музыкальный размер 2/4.

Бег с отбрасыванием ног назад от колена. Музыкальный размер 2/4.

Галоп – в сторону, вперед. Музыкальный размер 2/4.

Кшэсаны – флик ногой от себя и к себе. Музыкальный размер 2/4.

Тройной притоп. Музыкальный размер 2/4.

Голубец – на месте, в продвижении, в повороте, в паре. Музыкальный размер 2/4.

Комбинация «Краковяк» на 32 такта.

Белорусский танец:

Комбинации на 32 такта «Лявонихи», «Крыжачка», «Бульбы».

VIII класс
(35/70 часов)

Усложнение координации движений у станка.

Совершенствование техники исполнения дробей, вращений, прыжков, присядок.

Совершенствование выразительности в комбинациях изученных народных танцев.

Материал для изучения

Традиционные белорусские танцы. Комбинации и этюды «Бульбы», «Лявонихи», «Крыжачка» («Митусь» или «Юрочка» по выбору педагогического работника). Комбинации русского, украинского, молдавского, польского танцев на 32 такта.

IX класс
(35/70 часов)

Методика исполнения движений у станка и на середине зала.

Совершенствование техники исполнения в движениях у станка с поворотами: soutenu, туры en dedans, en dehors. Использование более сложной координации движений и техники исполнения. Совершенствование манеры, выразительности. Техника вращений на месте и в продвижении: tours chaines, «блинчики», «бегунок» в комбинациях.

Отработка мальчиками техники присядок, прыжков: «разножка» на полу, в прыжке; «щучка», «ползунец», «метелочка», «подсечка».

Сочинение комбинаций на 8–16 тактов.

Репетиционный процесс и производственная практика (концертная деятельность).