

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детская школа искусств»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНОГО
ИСПОЛНИТЕЛЬСТВА»
«Фольклор. Народная хореография»

Срок обучения

подготовительный уровень- 1 год

ознакомительный уровень- 4 года

базовый уровень- 3 года

углубленный уровень- 1 год

Возраст детей – 6- 18 лет

г. Заречный, 2016

<p>Рассмотрено Педагогическим советом МАОУ ДО «ДШИ» Протокол № 2 от «06» апреля 2016 года</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ: Директор МАОУ ДО «ДШИ» _____ Л.Л. Сизова «__» _____ 2016 года</p>
---	--

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа

художественной направленности

«Основы музыкального исполнительства»

«Фольклор. Народная хореография»

Форма обучения очная

Возраст обучающихся 6-18 лет

Нормативный срок обучения:

Подготовительный уровень- 1 год

Ознакомительный уровень – 4 года

Базовый уровень – 3 год

Углубленный уровень- 1 год

Составители: Богачёва Татьяна Валентиновна преподаватель

Макарова Ольга Викторовна преподаватель

Щербакова Светлана Валерьевна зам. директора по УМР

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа художественной направленности «Основы музыкального исполнительства» «Фольклор. Народная хореография» разработана в МАОУ ДО «ДШИ» г. Заречный Пензенской области с целью обеспечить достижение обучающимися результатов освоения данной программы, предусмотренных Приложением к письму Минкультуры России от 19 ноября 2013 г., с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (творческие, эмоциональные, интеллектуальные и физические).

Пояснительная записка

В настоящее время наблюдается процесс возрождения народной культуры и национального самосознания. Все чаще дети знакомятся с фольклором на разных уроках, порой в школах возникают небольшие фольклорные ансамбли или театры. Область народной хореографии очень важна для воспитания школьников. С одной стороны, она чрезвычайно привлекательна для них, с другой стороны — имеет определенные сложности в изучении и освоении ее структуры.

Внимание концентрируется на русской хореографической культуре. Выявляются ее особенности, разновидности, их историческое развитие, практически осваиваются характерные формы хороводов, плясок, танцев. Русская народная хореография рассматривается не только с точки зрения комплексного подхода к самому явлению, но и во взаимосвязях с обрядовой культурой, с проблематикой историко-бытового танца, а также фольклорно-хореографической традицией других народов.

Форма проведения аудиторного учебного занятия – групповая.

Занятия проводятся в соответствии с учебным планом.

Продолжительность занятий:

Подготовительный уровень- 1 час (в неделю)

Ознакомительный уровень- 1; 1,5; 1,5; 1,5 часа (в неделю)

Базовый уровень- 2 часа (в неделю)

Углубленный уровень- 2 часа (в неделю)

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретённого ими комплекса знаний,

умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов фольклорной хореографии, а также выявление наиболее одарённых детей в области хореографического исполнительства и подготовки их к дальнейшему поступлению в образовательные учреждения.

Задачи:

- обучение основам народного танца,

- развитие танцевальной координации;
- обучение виртуозности исполнения; • обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощённости в танцевальной практике;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- развитие дисциплинированности;
- формирование волевых качеств.

Методы обучения

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения, просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учётом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках общеразвивающей образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

Система оценок в рамках промежуточной аттестации предполагает: «зачёт» - (без отметки); пятибалльную шкалу с использованием плюсов и минусов: «5»; «5-»; «4+»; «4»; «4-»; «3+»; «3»; «3-»; «2» Система оценок в рамках итоговой аттестации предполагает: - пятибалльную шкалу в абсолютном значении: «5» - отлично; «4»- хорошо; «3» - удовлетворительно; «2»-неудовлетворительно; - «зачёт» - (без отметки)

Учебно- тематический план

Подготовительный уровень обучения

	Название темы	Всего часов	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие:	1	1	0
2.	Формирование основных навыков бытовой хореографии.	17	1	16
3.	Формирование у детей чувства ритма и исполнительских навыков.	15	-	15
4.	Итоговое занятие.	1	-	1
	итого:	34	2	32

Ознакомительный уровень обучения

1 класс

	Название темы	Всего часов	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие:	1	1	0

2.	Формирование основных навыков бытовой хореографии.	17	1	16
3.	Формирование у детей чувства ритма и исполнительских навыков.	15	-	15
4.	Итоговое занятие.	1	-	1
	итого:	34	2	32

2- 4 классы

	Название темы	Всего часов	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие:	3	1,5	1,5
2.	Формирование основных навыков бытовой хореографии.	80	5	75
3.	Формирование у детей чувства ритма и исполнительских навыков.	67	4	63
4.	Итоговое занятие.	3	-	3
	итого:	153	10,5	142,5

Базовый уровень обучения

5-7 классы

	Название темы	Всего часов	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие:	3	1,5	1,5

2.	Формирование основных навыков бытовой хореографии.	98	5	93
3.	Формирование у детей чувства ритма и исполнительских навыков.	100	4	96
4.	Итоговое занятие.	3	-	3
	итого:	204	10,5	193,5

Углубленный уровень обучения

8 класс

	Название темы	Всего часов	Теоретич.	Практич.
1.	Вводное занятие:	1	0,5	0,5
2.	Формирование основных навыков бытовой хореографии.	33	4	29
3.	Формирование у детей чувства ритма и исполнительских навыков.	30	3	27
4.	Итоговое занятие.	2	-	2
	итого:	68	10,5	57,5

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Разбор элементов и движений сценического танца:

1. Русский поклон:

а) простой поясной на месте;

б) простой поясной с движением правой руки к левой стороне груди,

затем в 3 позицию, левая рука в подготовительном положении;

в) простой поясной с продвижением (подходом вперед и отходом назад с мягким одинарным притопом в конце);

г) с работой рукой, платком (мягко, лирично, резко, бодро).

2. Основные положения и движения рук:

— ладони, сжатые в кулачки, на талии (подбоченившись),

— руки скрещены на груди,

— одна рука, согнутая в локте, поддерживает локоть другой, указательный палец которой упирается в щеку,

— положения рук в парах:

а) держась за одну руку,

б) за две,

в) под руку,

г) «воротца»,

— положения рук в круге:

а) держась за руки,

б) «корзиночка»,

в) «звёздочка»,

— движения рук:

а) подчёркнутые раскрытия и закрытия рук,

б) раскрытия рук в сторону (ладонями наверх в 3 позицию),

в) взмахи с платочком,

г) хлопки в ладоши.

3. Русские ходы и элементы русского танца:

— простой сценический ход на всей стопе и на полупальцах,

— переменный ход с фиксированием ноги сзади на носке на полу,

— переменный ход с plié на опорной ноге и вынесением работающей ноги на воздух через 1 позицию ног,

— тройной шаг на полупальцах с ударом на четвёртый шаг всей стопой в пол,

— шаг с мазком каблучком и вынесением сокращённой стопы на воздух

— комбинации из основных шагов.

4. «Припадание»:

— по 1 прямой позиции,

— вокруг себя по 1 прямой позиции (1 полугодие),

— 2 полугодие — по 5 позиции,

— вокруг себя и в сторону.

5. Подготовка к «верёвочке»:

— без полупальцев, без проскальзывания с полупальцами, с проскальзыванием,

— «косичка» (в медленном темпе).

— «моталочка» в «чистом» виде.

6. «Гармошечка»:

— начальная раскладка с паузами в каждом положении — 1 полугодие,

— «лесенка»,

— «ёлочка»,

— исполнение в «чистом» виде — 2 полугодие.

7. «Ковырялочка»:

— простая, в пол

— простая, с броском ноги на 450 и небольшим отскоком на опорной ноге,

— «ковырялочка» на 900 с активной работой корпуса и ноги,

— в чередовании с одинарными, двойными и тройными притопами.

8. Основы дробных выстукиваний:

— простой притоп,

— двойной притоп,

— в чередовании с приседанием и без него,

— в чередовании друг с другом, двойными и тройными хлопками в ладоши (у мальчиков с хлопушкой),

— подготовка к двойной дроби — 1 полугодие,

— двойная дробь — 2 полугодие,

— «трилистник» — 1 полугодие,

- «трилистник» с двойным и тройным притопом — 2 полугодие,
- переборы каблучками ног, — переборы каблучками ног в чередовании с притопами.

9. Хлопки и хлопущки для мальчиков:

- одинарные,
- двойные,
- тройные,
- фиксирующие,
- скользящие (в ладоши, по бедру, по голенищу сапог).

10. Подготовка к присядкам и присядки:

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1 прямой и 1 позициям),
- подкачивание на приседании по 1 прямой и 1 позиции,
- «мячик» по 1 прямой и 1 позициям — 2 полугодие,
- подскоки на двух ногах,
- поочередные подскоки с подъемом согнутой ноги вперед,
- присядки на двух ногах,
- присядки с выносом ноги на каблук,

11. Подскоки:

- «поджатые» прыжки
- подготовка к tours (мужское).

На основе пройденных движений составляются этюды малых и больших форм.

12. Изучаемые танцы:

- Русские танцы (плясовые, хороводные, игровые и другие)

—13. Основные положения и движения русского танца:

а) переводы рук из одного основного положения в другое:

- из подготовительного положения в первое основное,
- из первого основного положения в третье,
- из первого основного во второе,
- из третьего положения в четвертое (женское),

- из третьего положения в первое,
- из подготовительного положения в четвертое.

б) движение рук с платочком:

- взмахи в положении присогнутой руки в локтевом суставе перед собой (в сторону, вверх, в 4 позиции),
- то же самое из положения — скрещенные руки на груди,
- работа руки из подготовительного положения в 1, 2 и 3 позиции,
- всевозможные взмахи и качания платочком,
- прищелкивания пальцами.

Все переводы рук из одного основного положения в другое могут выполняться обеими руками одновременно или поочередно каждой рукой.

14. Положения рук в парах:

- под «крендель»,
- накрест,
- для поворота в положении «окошечко»,
- правая рука мальчика на талии, а левая за кисть руки девочки впереди, так же за локоть.

15. Положение рук в рисунках танца:

- в тройках,
- в «цепочках»,
- в линиях и в колоннах,
- «воротца»,
- в диагоналях и в кругах,
- «карусель»,
- «корзиночка»,
- «прочесы».

16. Ходы русского танца:

- простой переменный ход на полупальцах,
- тройной шаг на полупальцах с приседанием и без него на опорной ноге и приведением другой ноги на щиколотку или у колена,
- шаг-удар по 1 прямой позиции (вперед и боковой приставной с

ударом),

- шаг-удар с небольшим приседанием одновременно,
- шаг-мазок каблук через 1 прямую позицию,
- то же самое с подъемом на полупальцах,
- ход с каблучка с мазком каблук,
- ход с каблучка простой,
- ход с каблучка с проведение рабочей ноги у щиколотки, или у икры, или через положение у колена все на пружинистом полуприседании,
- «бегущий» тройной ход на полупальцах,
- простой бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
- тройной акцентированный бег по 1 прямой позиции с отбрасыванием ног назад,
- бег с высоким подъемом колена вперед по 1 прямой позиции,
- такой же бег с различными ритмическими акцентами,
- комбинации с использованием изученных ходов.

17. Перескоки и «подбивки»:

- перескоки в повороте,
- перескоки с ноги на ногу с одинарным и двойным ударом (второе полугодие в повороте),
- неоднократные удары на отскоке по первой прямой позиции,
- поочередное выбрасывание ног на каблук вперед, на месте, второе полугодие вокруг себя по четвертям круга, с отходом назад,
- подбивка «голубец», на месте и с переступанием (второе полугодие).

18. «Верёвочка»:

- а) подготовка к «веревочке» — первое полугодие (на высоких полупальцах),
- б) «косыночка»,
- в) простая «веревочка» — первое полугодие,
- г) двойная «веревочка» — второе полугодие,
- д) двойная «веревочка» с выносом ноги на каблук — второе

полугодие.

19. Все виды «гармошечек»:

— «лесенка»,

— «ёлочка» в сочетании с pliéс полупальцами с приставными шагами и припаданиями.

20. Перескоки по 1 прямой позиции

— с поочередным выбрасыванием ног вперёд на каблук;

— простые,

— с двойным перебором.

21. Дробные движения:

— двойные притопы,

— тройные притопы,

— аналогично с прыжком и наклоном корпуса вперед, в сторону,

— притопы в продвижении,

— притопы вокруг себя,

— ритмические выстукивания в чередовании с хлопками, с

использованием одинарных, двойных, тройных притопов и прихлопов,

— простая дробь полупальцами (на месте, в повороте и в продвижении),

— простые переборы каблучками,

— переборы каблучками и полупальцами в ритмическом рисунке,

— переборы каблучками и полупальцами (на месте, в повороте и продвижения с участием работы корпуса),

— тройные притопы с акцентированным подъемом колена (в

различных ритмических рисунках, темпах, в сочетании с мелкими переступаниями),

— «ключ» простой.

— изучаются основные положения рук в танце «Русская плясовая»,

«Кадриль», «Лирический хоровод».

22. Виды русских ходов и поворотов:

— простой бытовой с поворотом, с использованием «ковырялочки»,

«мазков», припаданий,

— «боярский», с использованием приставных шагов на носок или на каблук, с отходом в сторону и выведением ноги на каблук через переступания, аналогично назад,

— широкий шаг-«мазок» на 450 и 900 с сокращенным подъемом, с *plié* и на *plié*,

— боковой приставной на *plié* с выведением через подмену ноги на 450 и 900 в сторону,

— хороводный на полупальцах, мелкий, во всех возможных направлениях,

— переменный на всей стопе и на полупальцах, с поочерёдным притопом, резким или мягким в зависимости от характера танца,

— ходы с каблучков:

а) простые, на вытянутых ногах,

б) акцентированные, под себя в *plié*,

в) с выносом на каблук вперед,

— боковые припадания по 5 и 1 прямой позициям с продвижением вперед, с работой платком,

— боковые припадания с поворотами,

— припадания по линии круга с работой рук,

— бег на переменной смене ног и на полупальцах, с наклоненным корпусом,

— бег с соскоком в первую прямую позицию и тройным ускоренным бегом,

— повороты на беге, вправо, влево, в парах, с использованием притопов и вынесением ноги на каблук,

— повороты с выносом ноги на каблук, приемом *shainé*, приемом перескок (высокий),

— тройные боковые переступания (с ударом, с выносом ноги на каблук),

— повороты с «ковырялочкой»,

— повороты с «молоточками», — повороты приемом «каблучки», «поджатые»,

— повороты на тройном беге, с использованием «молоточков», «моталочек».

23. «Моталочки»:

— простая,

— простая в повороте по четвертям круга, на 90°

с использованием

бросков ноги приемом *jetés* с вытянутым и сокращенным подъемом,

— с перекрестным отходом назад или в позу,

— с остановкой в 5-ю позицию на полупальцах,

— с использованием переступаний через положение *reteré* при помощи «веревочек», подскоков, в различных ритмических рисунках и чередованием позиций,

— в трюковых диагональных вращениях. 7. «Гармошечки»:

— простая на вытянутых ногах и на *demi plié*, с работой рук через вторую, третью позицию плавно и резко,

— в повороте, в диагональном рисунке с руками,

— в различных ритмических рисунках с выносом ноги на каблук вперед назад в диагональное направление,

— с чередованием приставных шагов, с *pas degagé*, в характере «Камаринской» для мальчиков, «Барыни» для девочек.

24. Дробные выстукивания:

— двойная дробь с подскоком на рабочей ноге и мазком другой ногой,

— синкопированные проскальзывания с приведением ноги на *reteré* у колена невыворотом,

— соскоки вправо, влево по первой прямой позиции на месте на две ноги одновременно,

— соскоки с ударом рабочей ногой в невыворотное и выворотное положение перед опорной ногой:

а) неоднократные удары,

б) с притопом и сменой левой и правой ног, — двойная дробь с «ускорением»,

— двойная дробь с притопами и разворотами корпуса,

— двойная дробь с отскоком под себя и приведением другой ноги к икроножной мышце,

— «ключ» с использованием двойной дроби.

25. Присядки:

— присядка с «ковырялочкой»,

— присядка с ударом по голенищу, по ступне спереди и сзади,

— подскоки по 1 позиции из стороны в сторону с хлопками перед собой,

— «гусиный шаг»,

— «ползунок» вперед и в сторону на пол.

26. Основные шаги:

— Простой шаг с проскальзывающим притопом, с продвижением вперед.

— Простой шаг с сочетанием шага на ребро каблука, в продвижении вперед и включением работы рук и корпуса

— Шаг на ребро каблука с притопом на месте, с продвижением вперед и работой рук.

— Шаг на ребро каблука с разворотами корпуса, наклонами, со сменой ракурсов на притопе.

— Шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом и продвижением вперед.

— Шаг с притопом в продвижении вперед, отходом назад.

— Шаг с «приступкой» (с приставкой).

— Шаг с продвижением вперед (медленный, плавный). Для девушки с платочком в руке.

— Шаг с переступанием («переступка», с продвижением вперед).

— Шаг с переступанием с постепенным поворотом корпуса то вправо, то влево.

— Перекрещивающийся шаг (с перекрещивающимися ногами, с

продвижением вперед).

27. Дробные выстукивания:

- а) «Ключ» дробный, сложный;
- б) «Ключ» дробный, сложный в повороте;\
- в) «Ключ» хлопущечный;
- г) три дробные дорожки с заключительным ударом;
- д) поочередное выбрасывание ног перед собой и в стороны на каблук или на всю стопу;
- е) «сбивка» с «ковырялочкой» в повороте;
- ж) «отбивка» с выбросом ноги вперед;
- з) дробь в продвижении с двойной «отбивкой» правой ногой и кругом с окончанием сзади, аналогично с левой ноги.

Список рекомендуемой учебной литературы

1. Заикин Н. Фольклорный танец и его сценическая обработка.- Орел, Труд, 1999
2. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999,1 том; 2 том - Орел, 2004
3. Зацепина К., Климов А. Народно-сценический танец.- М., 1976
4. Климов А. Основы русского народного танца.- М.: Искусство, 1981
5. Ткаченко Т. Народный танец. - М.: Искусство, 1967
6. Ткаченко Т. Народные танцы. - М.: Искусство, 1974

Дополнительная литература

1. Бурнаев А. Мордовский танец. Саранск, 2002
2. Богданов Г. Русский народный танец. М., 1995
3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: СГУ,1992
4. Гербек, Г. Характерный танец: настоящее и будущее. // Советский балет, 1990: № 1
5. Корлева З. Хореографическое искусство Молдавии. - Кишинев, 1970
6. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев,1967
7. Ласмаке М. Латышские народные танцы. Рига, 1962

8. Мальми В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск, 1977
9. Моисеев И. Голос дружбы. // Советский балет, 1983: № 5
10. Степанова Л. Танцы народов России. - М.: Советская Россия, 1969
11. Уральская В. Поиски и решения.- М.: Искусство, 1974.

Список рекомендуемой литературы:

- Бачинская Н. Русские хороводы и хороводные песни. — М.; Л., 1988
- Воронина И. Историка-бытовой танец. — М., 1980.
- Климов А. Основы русского народного танца. — М., 1987. Степанова Л.
Народные танцы. — М., 1965.
- Устинова Т. Русские народные танцы. — М., 1984.