

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Архаринская школа искусств»

Принята педагогическим советом
протокол № 1 от 30.08.2016 г.

Утверждаю
Директор МБУДО
«Архаринская школа искусств»
Л.А. Походяева



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

ПРОГРАММА

**по учебному предмету
РУССКИЙ ТАНЕЦ**

Архара 2016

Пояснительная записка.

Сохранение и развитие русского национального самобытного искусства как одной из главных ценностей нации является важнейшей задачей современных фольклористов, этнографов, музыкантов, хореографов. Среди множества форм художественного воспитания детей русский народный танец занимает особое место. Занятия русским народным танцем не только учат понимать и создавать прекрасное - они развивают образное и пространственное мышление, фантазию, дают гармоничное пластическое развитие ребенка. Кроме того, русский народный танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания.

По мнению профессора А.А. Климова, создателя первого учебника по русскому народному танцу, «изучение танцев своего народа должно стать такой же потребностью, как изучение родного языка, мелодий, песен, традиций, ибо в этом заключены основы национального характера, этнической самобытности, выработанные в течение многих веков».

В связи с этим, понятие «русский народный танец» как важнейшую часть российской многонациональной культуры и одной из главных составляющих традиционного народного творчества и народного воспитания следует рассматривать в двух аспектах, как:

1. Достояние народа;
2. Направление хореографического искусства.

Образовательная программа «Русский танец» строится на принципах исторической преемственности.

Целью данной программы является обучение детей русскому народному танцу.

Задачи:

- воспитание у учащихся умения передавать характер и манеру исполнения русского народного танца разных регионов России;
- обучение танцевальной технике;
- развитие выразительности, музыкальности, ритмичности;
- создание условий для устойчивой мотивации к изучению традиций русского народного танца.

Методические рекомендации.

Программа «Русский танец» разработана на 3 года, из расчета проведения занятий 2 раза в неделю. Рассчитана на детей 7-10 лет. Программу можно реализовывать как с первого года обучения, так и со второго, и третьего. Продолжительность занятия 40 мин.

Формы обучения: практические, практические с показом, беседы, видео-просмотры, самостоятельная работа дома.

Способы проверки результативности: промежуточные контрольные уроки, открытые уроки, концертная практика.

Расширяя кругозор детей, знания о русском фольклоре и в целом о русской народной и классической культуре использую такие формы:

- демонстрация техники исполнения основных движений танца;
- демонстрация движений;
- отработка движений;
- постановка танца;
- репетиции;
- знакомство с особенностями и историей русского народного костюма;
- просмотр видеоматериала и прослушивание аудиозаписи;

Содержание программы:

Раздел 1. «Упражнения на развитие координации рук» включает в себя комплекс движений и упражнений, способствующих развитию двигательных навыков как работы с предметом, так и без него, а так же в сочетании с работой других частей тела.

Раздел 2. «Упражнения на развитие координации ног» вырабатывается сила ног, техника

исполнения, навык сочетания движения ноги с другими частями тела.

Раздел 3. «Упражнения на развитие воображения, творческие игры». Необходимый раздел учебной деятельности при работе с детьми 7 – 1- лет, где развиваются индивидуальные выразительные способности, приобретается навык самостоятельного мышления.

Раздел 4. «Знакомство с историей культуры русского народа». Здесь учащиеся получают теоретические сведения о русском народном танце, истории его формирования и развития.

Раздел 5. «Этюдно-групповая и индивидуальная работа» представляет собой разнообразный танцевальный материал, развивающий координацию, выразительность, хореографическую память, а также знакомит учащихся с разнообразием жанров и видов русского народного танца и манерой исполнения.

Раздел 6. «Упражнения на развитие техники» направлен на отработку движений, технически грамотное исполнение.

Сценическая практика. Неотъемлемая часть учебно-творческой работы любого коллектива, возможность самовыражения и получения положительной оценки окружающих. Способствует воспитанию исполнительской культуры и дополнительной мотивации детей к дальнейшему изучению традиций русского народного танца.

Тематический план.

Разделы и темы	Количество часов		
	Теория	Практика	Индивид.
1 год обучения			
Тема: Основы русского народного танца.			
Раздел 1. Упражнения на развитие координации рук.	0,5	17	
Раздел 2. Упражнения на развитие координации ног.	0,5	17	
Раздел 3. Упражнения на развитие воображения, творческие игры.	0,5	4	
Раздел 4. Знакомство с историей культуры русского народа.	3,5		
Раздел 5. Этюдно-групповая и индивидуальная работа.		17	4
Сценическая практика		2	
Итого учебных часов: 66	5	57	4
2 год обучения			
Тема: Многообразие русского народного танца.			
Раздел 1. Изучение движений и исполнение их в комбинации. Упражнения на развитие координации рук. Упражнения на развитие координации ног.	2	15	
Раздел 2. Упражнения на развитие воображения, творческие игры.	1	4	
Раздел 3. Упражнения на развитие техники.		20	
Раздел 4. Знакомство с историей культуры русского народа.	3		
Раздел 5. Этюдно-групповая и		15	4

индивидуальная работа.			
Сценическая практика		2	
Итого учебных часов: 66	6	56	4
3 год обучения			
Тема: Выразительные средства русского танца.			
Раздел 1. Изучение движений и исполнение их в комбинации.		15	
Раздел 2. Упражнения на развитие воображения, творческие игры.	1	4	
Раздел 3. Упражнения на развитие техники.	2	16	
Раздел 4. Знакомство с историей культуры русского народа.	4		
Раздел 5. Этюдно-групповая и индивидуальная работа.		16	4
Сценическая практика		4	
Итого учебных часов: 66	7	55	4

Содержание курса.

1 год обучения.

Тема: Основы русского народного танца.

Задачи :

Обучающие:

1. познакомить с основными позициями ног и рук народного сценического танца;
2. Сформировать первоначальные общие представления о танцевальных и музыкальных жанрах;
3. Изучить элементы русского народного танца;
4. Сформировать первоначальные представления о русской танцевальной и музыкальной культуре;
5. Приобрести навыки исполнения в манере, присущей русскому народному танцу;
6. Грамотно и выразительно исполнять программные движения и танцы;
7. Сформировать навыки исполнения в ансамбле.

Развивающие:

1. Развить музыкальность исполнения движений и композиций;
2. Развить координацию движений;
3. Развить танцевальность и сценическую эмоциональность;
4. Развить выносливость и силу.

Воспитательные:

1. Воспитать манеру исполнения танцев, присущую народному сценическому танцу;
2. Воспитать правильные взаимоотношения в коллективе;
3. Сформировать уважительное отношение к культурному наследию России;
4. Сформировать уважительное отношение к мировой культуре.

Раздел 1. Упражнения на развитие координации рук.

1. Основные позиции и положения рук русского танца (подготовительное положение,

- 1-я и 2-я позиции рук, положения рук на поясе в кулачках и 4 пальца на талии, пятый сзади).
2. Переводы рук из одного положения в другое (одной рукой, двух рук, поочередные раскрытия рук)
3. Хлопки и хлопучки одинарные, двойные, тройные (прямые и скользящие удары): по бедру, в ладоши, по голенищу сапога, по подошве.
4. Положения рук в паре: руки внизу, в «воротцах».

Раздел 2. Упражнения на развитие координации ног.

1. Основные позиции ног в русском танце (1,2,3 свободные и прямые, 1 и 2 закрытые)
2. Притопы (двойные, тройные)
3. «Ковырялочка» (с двойным притопом и с тройным притопом).
4. «Гармошка»
5. «Елочка»
6. Припадание (вперед и назад по 1-й прямой позиции)
7. Дробь. (Дробный ход, Простая дробь)
8. «Моталочка»
9. Бег с захлестыванием ног назад.
10. Присядки (для мальчиков): подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз по 1-й прямой и свободной позиции), покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позиции, присядка на двух ногах по 1-й прямой и свободной позиции с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.
11. Прыжки. «Трамплинные прыжки» на месте по 1-й свободной позиции. Руки помогают прыжку; с одновременным сгибанием ног в коленях назад и вперед и ударом ладонями обеих рук по голенищам.
12. Ходы. (простой русский шаг: с носка, с каблука)
13. Поклоны. (простой русский поклон: головой, поясной, с шагами вперед и назад)

Раздел 3. Упражнения на развитие воображения, творческие игры.

В уроке могут быть использованы подвижные народные игры и игры с песенно-танцевальным началом такие как: «Сидит Дрема», «У дедушки Трифона», «Балда», «Третий лишний».

Раздел 4. Знакомство с историей культуры русского народа.

Темы: Что такое танец. Понятие народный танец, русский танец – душа народа.

Раздел 5. Этюдно-групповая и индивидуальная работа.

Закрепление полученных на уроке знаний и освоение небольших танцевальных композиций, созданных на основе изученных движений.

Сценическая практика.

На первом году обучения предполагает участие в концертах и праздничных мероприятиях местного уровня.

2 год обучения.

Тема: Многообразие русского народного танца.

Цель: Освоение более сложного учебного материала, углубление знаний по предмету.

Задачи:

Обучающие:

1. Изучить элементы русского народного сценического танца.
2. Освоить более сложные танцевальные композиции.
3. Сформировать умение грамотно и выразительно исполнять программные движения и танцы.

4. Углубить знания о танцевальной и музыкальной культуре России.

Развивающие:

1. Развить чувство позы.
2. Развить умение передать в движении стилевые особенности народной музыки.
3. Развить координацию движений.
4. Развить танцевальность и выразительность в танце.
5. Развить выносливость и силу.
6. Сформировать правильное дыхание во время исполнения танцевальных элементов и композиций.

Воспитательные:

1. Привить культуру исполнения сценических танцев.
2. Воспитать уважительное отношение к партнерам в танце.
3. Воспитать уважительное отношение к народному танцу.

Раздел 1. Изучение движений и исполнение их в комбинации.

Упражнения на развитие координации рук.

1. Поочередное раскрывание рук (приглашение)
2. Переводы рук в различные положения
3. 3-я позиция. (Обычно используется как положение с платком). Руки округлены в локтях, подняты вверх. Локти разведены в стороны, платочек соединяет овал рук, легко поддерживаемый первым и третьим пальцами.

Упражнения для развития координации ног.

1. Припадание (в сторону по 3 свободной позиции; с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги; с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.)
2. Перескоки с ноги на ногу по 3-ей свободной позиции и продвижением в сторону.
3. «Веребочка» (простая, с двойным ударом полупальцами)
4. «Ковырялочка» с подскоками.
5. Дробные движения (дробный ход с двойным ударом, тройная дробь, триоль)
6. Присядки (для мальчиков): присядка с выбрасыванием ноги на ребро каблука вперед и в сторону по 1-й прямой и открытой позициям; присядка с выбрасыванием ноги на воздух вперед и в сторону.
7. Хлопки и хлопучки (для мальчиков): удары по голенищу сапога спереди и сзади с продвижением вперед, в сторону и назад; фиксирующие и скользящие удары по подошве сапога, по груди, по полу; поочередные удары по голенищу сапога спереди и сзади; по голенищу сапога спереди крест-накрест.
8. Ходы: Простой русский шаг с притопом вперед и назад; «шаркающий шаг» каблуком по полу; «переменный шаг», с притопом, с плие по 1 позиции.
9. Бег с «Молоточком».

Раздел 2. Задания на развитие воображения, творческие игры.

Специальные задания педагога на создание «Образа - характера» и «Образа – настроения» героя средствами русского народного танца. Использование на уроке танцевальных игр «Воробей», «Чижик», «Золотые ворота».

Раздел 3. Упражнения на развитие техники.

1. Движения на основе присядок: Присядка «Руки-ноги» (Тараканчик); присядка-разножка.
2. Вращения: по диагонали бегулец, на месте (припадания в повороте)

Раздел 4. Знакомство с историей культуры русского народа.

Темы для занятий: Виды и жанры русского народного танца. Что такое «хоровод». Народный календарь.

Раздел 5. Этюдно-групповая и индивидуальная работа.

Подготовка этюдов на основе изученных движений, игр, обрядов русского народа.

Сценическая практика.

Участие в концертах местного уровня, фестивально-конкурсных мероприятиях.

3 год обучения.

Тема: Выразительные средства русского танца.

Цель: Изучение более сложных элементов русского народного танца.

Задачи:

Обучающие:

1. Обучить более сложным элементам народного танца.
2. Сформировать навыки исполнения танцевальных элементов с силовой нагрузкой.
3. Продолжить знакомство с танцевальной культурой России.
4. Приобрести навыки исполнения в манере, присущей тому или иному региону России.
5. Обучить грамотно и выразительно исполнять программные движения и танцы.
6. Сформировать навыки исполнения в ансамбле и в паре.

Развивающие

1. Развить музыкальность исполнения движений и композиций.
2. Развить координацию движений.
3. Развить танцевальность и сценическую эмоциональную выразительность в танце.
4. Развить выносливость и силу.

Воспитательные

1. Воспитать манеру исполнения танцев, присущую русскому народному сценическому танцу.
2. Сформировать уважительное отношение к культурному наследию России.
3. Сформировать уважительное отношение к мировой культуре.

Раздел 1. Изучение движений и исполнение их в комбинациях.

1. Перескоки: боковые перескоки с ударами полупальцами в пол; боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.
2. Дроби: двойная дробь на месте и с продвижением вперед; дробь «трилистник»; ключ двойной, тройной, мужской;
3. «Моталочка»: с задеванием пола каблуком;
4. Подбивка «голубец».
5. «Веревочка»: простая и двойная с ковырялочкой;
6. Присядки: присядка с ковырялочкой; присядка с ударом по голенищу; присядка «мяч»; «гусиный шаг»; присядка с продвижением в сторону и выбрасыванием ноги на каблук или на воздух.
7. Хлопушки: на подскоках с ударом по голенищу сапога перед собой; на подскоках с ударом по голенищу сапога сзади; удары двумя руками по голенищу одной ноги; удар по голенищу вытянутой ноги.
8. Ходы: «шаркающий-скользящий», основной ход танца «Шестера» на месте и с продвижением вперед; перекат – боковой ход с каблука на всю стопу и полупальцы; сибирский ход; воронежский девичий плавный; смоленской пляски «Гусачок».

Раздел 2. Задания на развитие воображения, творческие игры.

Индивидуальные задания на составление собственных танцевальных комбинаций на основе изученных движений. Задание на создание «образа-характера» и «образа-настроения».

Песенно-танцевальные игры: «Фанты», «Горелки», «Испорченный телефон» (в основе

принцип разговорной игры, переложенный на хореографию).

Раздел 3. Упражнения на развитие техники.

1. Вращения: с движением «молоточки», «моталочка».
2. Присядки: растяжки в стороны на носки и каблук; растяжки вперед на каблук и на носок другой.
3. Прыжки: с согнутыми ногами (одна спереди, другая сзади); одна нога прямая, другая согнута в колене спереди или сзади.

Раздел 4. Знакомство с историей культуры русского народа.

Темы уроков: Скоморохи на Руси. Виды кадрили и их значение в жизни общества.

Понятие «пляска» и «перепляс». Знакомство с творчеством профессиональных коллективов России.

Раздел 5. Этюдно-групповая и индивидуальная работа.

Постановка и исполнение этюдов на основе изученных движений. Постановка этюдов с использованием предметов: платочки, палки и т.п.

Сценическая практика

Участие в концертах местного уровня и фестивально-конкурсных мероприятиях.

Ожидаемые результаты

По окончании курса по предмету «Русский танец» учащиеся будут знать:

1. Элементы русского народного танца в соответствии с учебной программой.
2. Правила исполнения танцевальных элементов.
3. Композиции танцев по программе.

Будут иметь представление:

1. О некоторых русских танцевальных и музыкальных жанрах.
2. О профессиональных коллективах танцевальной России.
3. Об исполнении в ансамбле и в паре.
4. О русской музыкальной и танцевальной культуре.

Будут уметь:

1. Правильно исполнять танцевальные элементы.
2. Правильно исполнять танцевальные композиции в манере, присущей тому или иному региону.
3. Грамотно и выразительно исполнять программные движения и танцы.
4. Исполнять технически сложные элементы программного материала.

В конце учебного курса у учащихся будут развиты:

1. Музыкальность в исполнении движений и танцевальных композиций.
2. Координация движений.
3. Танцевальность и сценическая эмоциональность в танце.
4. Выносливость и сила.