

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ

**Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Москвы
«Детская музыкальная школа имени М.П.Мусоргского»
(ГБУДО г. Москвы «ДМШ им.М.П.Мусоргского») ,**

ОДОБРЕНА

Педагогическим советом
Государственного бюджетного
учреждения дополнительного
образования города Москвы
«Детская музыкальная школа
имени М.П. Мусоргского»
Протокол №5 от 09,06,2026 г

УТВЕРЖДЕНА

приказом Государственного бюджетного
учреждения дополнительного образования
города Москвы «Детская музыкальная
школа имени М.П. Мусоргского»
№15/26 от 09,06,2026 г,

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ВОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

«НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»

Срок реализации 1 год

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 00EF26CC3E5E55AF0EA61CA9578F22DBEF
Действителен с 15.07.2025 по 08.10.2026
Владелец ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
"ДЕТСКАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ
М.П.МУСОРГСКОГО"

Москва, 2026

Разработчики:

Преподаватель ГБУДО г. Москвы «ДХШ «Фуэте» Беляева К.О.;

Преподаватель ГБУДО г.Москвы «ДХШ«Фуэте» Майорова В.М;

Преподаватель ГБУДОг.Москвы «ДХШ«Фуэте» БорисенкоЕ.А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Народно-сценический танец в системе хореографического образования

Значение хореографического образования

Хореографическое образование открывает широкие перспективы для знакомства учащихся с многообразием танцевального и музыкального фольклора. Особое место в этом процессе занимает **народно-сценический танец**, выступающий ключевым элементом профессиональной подготовки и фундаментальным компонентом начального образования в сфере хореографии.

Педагогические преимущества

Образовательный процесс в сфере народно-сценического танца обеспечивает комплексное развитие учащихся:

- Совершенствование **координационных способностей**
- Укрепление **мышечного корсета**, включая группы мышц, недостаточно задействованные при классическом тренаже
- Освоение **этнического разнообразия танцевальных стилей и техник** исполнения
- Расширение **исполнительского арсенала**
- Формирование **уникальных навыков**, недоступных при обучении исключительно классическому танцу

Ключевые задачи обучения

Основной акцент в обучении делается на:

- Развитие **эмоциональной выразительности** в исполнении
- Точное воспроизведение **национальных особенностей танцевальной стилистики**
- Формирование умения передавать **характерные черты народного танца**

Интегративная роль

Народно-сценический танец занимает важное место в деятельности школы искусств:

- Служит основой для формирования **репертуарной базы** хореографических коллективов
- Обеспечивает **взаимосвязь** с другими дисциплинами танцевального цикла

- Выступает органичным продолжением классического танца, составляющего фундамент хореографического образования

Программа рассчитана на **1 год обучения (2 часа в неделю)**.

В задачу начального периода обучения входит ознакомления с основными позициями и положениями рук и ног, положением головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение этих элементов на "середине", развитие элементарных навыков координации движений.

Для первого года обучения рекомендуется прохождение элементов и небольших комбинаций русского и белорусского народных танцев, а также одного из танцев прибалтийских республик. Кроме этого, рекомендуется использовать вспомогательный материал, подготавливающий к исполнению различных танцевальных элементов. Особенностью предлагаемого на первом году обучения материала является его внешняя схожесть. Это делается специально для того, чтобы дать учащимся определенную базу, на которой будет строиться дальнейшее обучение, на конкретных примерах показать стилистические особенности элементов русских народных танцев. На первом году обучения в работе используются только первая (6-я) позиция ног и первая и третья свободные позиции. Позиции и положения рук используются все (соответствуют программе по народно-сценическому танцу для хореографических училищ).

Изучение позиций ног:

2. Пять прямых:

1-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; 2-я – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга; 3-я – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп, каблук одной ноги находится у середины стопы другой; 4-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы; 5-я – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой

2. Пять свободных:

Во всех пяти свободных позициях ноги поставлены так, что стопы находятся в направлении между соответствующими открытыми и прямыми позициями.

3. Две закрытые:

1-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены носками вместе; каблуки разведены в стороны;

2-я закрытая – обе ноги повернуты внутрь и поставлены друг от друга на расстоянии стопы между носками, каблуки разведены в стороны.

Во всех перечисленных позициях тяжесть корпуса распределена равномерно на обе ноги, ноги в коленях вытянуты.

Изучение позиций и положений рук:

1. Семь позиций:

1-я, 2-я, 3-я позиции аналогичны 1-й, 2-й и 3-й позициям

рук классического танца.

4-я — руки согнуты в локтях, кисти лежат на талии; большой палец сзади, четыре других, собранных вместе, спереди. Плечи и локти направлены в стороны по одной прямой линии.

5-я — обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу. Пальцы, собранные вместе, лежат сверху плеча разноименной руки, чуть выше локтя.

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, округленные 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.

ИЗУЧЕНИЕ ОСНОВ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Развитие русского танца тесно связано со всей историей народа, с его бытом и обычаями. Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений, композиционных построений, форм (хороводы, кадрили, переплясы и пляски), сюжетов (лирические, игровые, веселые и удалые). В танцах можно встретить как простые, так и очень сложные движения, с ярко выраженным гротесковым характером. Русский танец может быть представлен достаточно широко, и поэтому его освоение предлагается в течение всего срока обучения.

Изучение основных положений ног в русском танце:

1. Позиции ног — 1-я, 2-я и 3-я свободные и прямые, 1-я и 2-я закрытые.

Изучение основных положений рук в русском танце:

1. Подготовительное, первое и второе.
2. Подготовка к началу движения.

Экзерсис у станка в характере русского народного танца:

- I. Preparation к началу движения.
- II. Переводы ног из позиции в позицию.

- III. Demiplies, grandplies (полуприседания и полные приседания).
- IV. Battement tendus (выведение ноги на носок).
- V. Battement tendus jetés (маленькие броски).
- VI. Echarpe (прыжок переменной ноги в воздух из пятой во вторую позицию)
- VII. Rond de jambe par terre (круг ногой по полу) – в характере эстонского танца.
- VIII. Подготовка как маленькому каблучному.
- IX. Подготовка как «веревочке».
- X. Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).
- XI. Relever lent (медленное поднимание)
- XII. Grand's battements jetés (большие броски).
- XIII. Relevé (подъем на полупальцы).

Экзерсис на середине зала:

- I. Port de bras (переводы рук в различные положения).
- II. «Гармошка»
- III. «Елочка»
- IV. Припадания (в сторону по 3-й свободной позиции; впереди назад по 1-й прямой позиции).
- V. «Ключи» (с 1 по 3)
- VI. Одинарная дробь
- VII. Двойная дробь
- VIII. Перетопы тройные
- IX. Подготовка как «молоточкам».
- X. Подготовка как «моталочке».
- XI. Повороты на полупальцах и каблучках
- XII. Марш поворотом рабочей ноги у колени
- XIII. Вращения сточкой на месте
- XIV. Вращения подскоками по диагонали (женский класс).
- XV. Подготовка как полуприсядками и присядкам (мужской класс).
- XVI. Хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные (фиксирующие удары и скользящие удары):
 - а) в ладошки,
 - б) по бедру,
 - в) по голенищу сапога.
- XVII. Присядки (для мальчиков)
 - а) Подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 1-й прямой и свободной позициям.

- b) Покачивание на приседании по 1-й прямой и свободной позициям.
- c) Подскоки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям.
- d) Присядки на двух ногах по 1-й прямой и свободной позициям с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону.

ИЗУЧЕНИЕ ОСНОВ БЕЛОРУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Белорусский народный танец по своему лексическому материалу очень удобен для обучения детей. Белорусские хороводы, игровые танцы, отображающие трудовые процессы, известны по всей нашей стране и пользуются большой популярностью. Характер движений белорусских народных танцев легкий и трамплинный. Наиболее известными танцами в Белоруссии являются «Юрочка», «Крыжачок», «Лявониха», «Бульба».

На первом году обучения предлагается танцевальный материал из танца "Крыжачок".

Изучение положений рук:

- a) положение рук в сольном танце,
- б) положение рук в массовых и парных танцах, в) подготовка к началу движения.

Элементы танца "Крыжачок"

1. Притопы одинарные.
2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.
3. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.
4. Основной ход "Крыжачка".
5. Поочередные выбрасывания ноги на каблук вперед.
6. Тройные притопы с наклоном.
7. Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков).

**Тематическое планирование (66 часов в год) 1
год обучения**

Таблица 1

№	ТЕМА	ЧАС
1	Позиции ног:	1
2	Позиции и положения рук:	1
	Экзерсис у станка:	
3	Preparation к началу движения.	1
4	Переводы ног из позиции в позицию.	1
5	Demiplies, grandpliés (полуприседания и полные приседания).	2
6	Battement tendus (выведение ноги на носок).	2
7	Battement tendus jetés (маленькие броски).	2
8	Echappe — прыжок переменной ноги в воздух из пятой во вторую позицию	2
9	Rond de jambe par terre (круг ногой по полу) — в характере эстонского танца.	2
10	Подготовка к маленькому каблучному.	2
11	Подготовка к «веревочке».	2
12	Дробные выстукивания (сочетание ритмических ударов).	2

13	Grand's battements jetés (большие броски).	2
14	Relevé (медленное поднимание)	
15	Relevé (подъем на полупальцы).	1
	Экзерсисна середине зала:	
16	Port de bras (переводы рук в различные положения).	1
17	«Гармошка»	2
18	«Елочка»	2
19	Припадания	2
20	«Ключи»	2
21	Одинарная дробь	2
22	Двойная дробь	2
23	Перетопы тройные	2
24	Подготовка к «молоточкам»	2
25	Подготовка к «моталочке»	2
26	Повороты на полупальцах и каблук	2
27	Марш поворотом рабочей ноги и укоренки	2
28	Вращение сточкой на месте	2
29	Вращения под скоками и по диагонали	2
30	Подготовка к полуприсядкам и присядкам	2
31	Хлопки и хлопушки одинарные, двойные, тройные	2
32	Присядки	2
	БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ	
33	Положения рук	1

	Элементы танца "Крыжачок"	
34	Притопы одинарные.	1
35	Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.	1
36	Простые подскоки на месте с продвижением вперед и назад.	1
37	Основной ход "Крыжачка".	2
38	Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.	1
39	Тройные притопы с поклоном.	1
40	Присядка на двух ногах по 1-й прямой позиции с продвижением из стороны в сторону (для мальчиков)	2
	ВСЕГО	66

Результативность, формы и методы контроля, система оценок

Результативность обучения учащихся проверяется на различных выступлениях, контрольных уроках, концертах, конкурсах, просмотрах и подготовке к ним.

Формы и методы контроля осуществляются аттестацией учащихся на контрольном уроке по окончании 1 и 2 полугодия.

Оценка качества реализации программы «Народно-сценический танец» включает в себя также текущий контроль успеваемости на уроках.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Контрольные уроки могут проходить также в виде концертных номеров.

Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы и средства контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 2

Оценка	Критерии оценивания выступления
---------------	--

5(«отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков
4(«хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3(«удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2(«неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачет»(безотметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Оценку качества приобретенных знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся к сценической практике оценивается по техническим возможностям и выразительности учащихся по программе.

При введении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти полугодий учебного года.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бочаров А., Лопухов А., Ширяев Л. Основы характерного танца. - М. - Л.: Искусство, 1939.
2. Надеждина Н. Русские танцы. - М.: Госкультпросветиздат, 1951.
3. Ткаченко Т. Народный танец. — М.: Искусство, 1967.
4. Устинова Т. Русские народные танцы. - М.: Культпросветиздат, 1950.
5. Устинова Т. Русские народные танцы. - М.: Искусство, 1976.
6. Чурко Ю. Белорусский народный танец. — Минск: Наука и техника, 1972.
7. Гусев Г. П. Народный танец. Методика преподавания. М.: Издательство ВЛАДОС, 2018
8. Борзов А. А. «Народно-сценический танец: экзерсисы у станка: учебное пособие» — М.: Московская акад. образования Н. Нестеровой, ГИТИС, 2008.