

**Навчальна програма танцювального гуртка
«Прикарпатські візерунки» ПДЮТ
Керівник Ольга Максимищак**

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Пріоритетами сучасної позашкільної освіти є розвиток творчих здібностей дітей та учнівської молоді; формування їхньої духовності і сучасного світогляду; виявлення, розвиток і підтримка обдарованих і талановитих особистостей. Значний потенціал для реалізації означеного має хореографія, мотиви, сюжети і техніка якої сформована на народній основі.

Будучи одним із жанрів хореографічного мистецтва, народний танець сприяє відродженню і популяризації національної танцювальної культури, залученню дітей до різноманіття танцювальної і музичної творчості. Заняття з народного танцю сприяють формуванню відчуття власної національної приналежності, ознайомленню з танцювальною культурою й образною виразністю народного танцю різних країн світу. Виховна спрямованість занять з народного танцю забезпечує формування високої внутрішньої культури особистості, її високих морально-етичних якостей, сприяє гармонійному і всебічному розвитку. Систематизована навчально-танцювальна діяльність впливає на формування вольових якостей особистості (наполегливість, організованість, дисциплінованість, витримка), сприяє засвоєнню навичок ефективної взаємодії в парі і колективі. Її самореалізація через творчість підносить почуття гідності, а емоційне піднесення, пов'язане з творчим актом, викликає потребу у підвищенні творчої майстерності.

Навчальна програма «Народний танець» є програмою з хореографії художньо-естетичного напрямку позашкільної освіти. Реалізацію в ансамблях, гуртках народного танцю загальноосвітніх і позашкільних навчальних закладів.

Навчальна програма розроблена відповідно до Законів України «Про освіту», «Про позашкільну освіту»; Положення про позашкільний навчальний заклад, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 06 травня 2001 року № 433; Положення про порядок організації індивідуальної та групової роботи в позашкільних навчальних закладах, затвердженого наказом МОН України від 11.08.2004 р. № 651 та зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 20.08.2004 р. за №1036/9635; Типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи МОН України, затверджених наказом МОН України від 22.07.2008 р. № 676, а також на основі навчальної програми «Народний танець» (автор Камін В.О., вісім років навчання), затвердженої МОН України (наказ від 18.02.2002 р. № 101).

Метою навчальної програми є формування творчих здібностей дітей засобами народної хореографії; сприяння збагаченню їх фольклорно-етнографічних знань, емоційно-естетичного досвіду, формуванню ціннісних орієнтирів; створення умов для самореалізації особистості у процесі навчально-творчої діяльності, потреб у духовно-естетичному самовдосконаленні та професійному самовизначенні.

Завдання навчальної програми:

- ознайомити дітей з теоретичними основами мистецтва народного танцю, зокрема: основними поняттями народної хореографії, історією, регіональними особливостями, видатними колективами, відомими балетмейстерами;
- сприяти опануванню практичними навичками (технікою танцю):
- загальними: слухання музики, передача її ритму за допомогою рухів;
- профільно-технічними: елементи народного танцю; стилістика народної хореографії, її національні особливості, манери виконання;
- формувати шанобливе ставлення до народного танцю як національно-культурного надбання;
- сприяти загальному і фізичному розвитку вихованців; формуванню їх ціннісних орієнтацій, хореографічної культури; професійному самовизначенню і допрофесійній підготовці;
- збалансувати фонд бажань (інтереси, смаки, любов до мистецтва, потреба у репродуктивно-продуктивній танцювальній діяльності, виконанні танців для себе і глядачів) і фонд можливостей (музично-хореографічні здібності, профільні знання, уміння і навички, ін.) творчої особистості.
- Навчальна програма розрахована на 4 роки і складена у відповідності до основного навчально-організаційного рівня:
- основний (1-4-й роки) – 216 годин на рік, 6 годин на тиждень;
- Програма є практично зорієнтованою, проте передбачає систематичне використання тематичних теоретичних блоків (загально розвиваючих, інформаційних, інструкційних, інших).

Основними методами навчально-виховної роботи є: словесні (розповідь, пояснення, виховні бесіди, ін.), демонстраційні (демонстрація відео- та інших наочних матеріалів, перегляд концертів, конкурсних виступів, ін.), практичні (репетиції, участь у фестивалях і конкурсах, зустрічі з професійними виконавцями танцю, ін.), організаційні (бесіди, інструктажі, ін.), контрольні (тематичні і звітні концерти, ін.).

Основними формами організації навчально-виховного процесу є групові заняття (програмні, репетиційна і концертна діяльність, відвідання культурно-мистецьких заходів, творчі зустрічі, ін.) та індивідуальні. Для проведення індивідуальних занять у програмах кожного року навчання відведено по 1-й годині на тиждень. Виконання вихованцями програмних вимог оцінюється 1-2 рази на рік. Основними формами контролю є тематичні і звітні концерти.

Основний рівень, перший рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2		2
2.	Музично-просторові вправи	5	20	25
3.	Екзерсис	10	40	50
4.	Партерна гімнастика	5	20	25
5.	Елементи народно-сценічного танцю	10	40	50
6.	Постановочна робота	5	45	50
7.	Концертні програми, зустрічі, екскурсії	4	4	8
8.	Підсумок	2	4	6
Разом		43	173	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Мета, завдання і зміст роботи. Організаційні питання. Правила поведінки в танцювальному залі, закладі.

Характерні особливості танців слов'янських народів, загальні риси, та відмінності.

2. Музично-просторові вправи (25 год.)

Теоретична частина. Малюнок танцю. Фіксовані та перехідні малюнки танцю. Перешикування у малюнках танцю: з колони по одному в пари, з пар в колони, з колони по два в колони по чотири; утворення кола з колони.

Танцювальні кроки: крок з носка, крок з п'ятки, простий танцювальний крок, підскоки, марш з високим підніманням колін, перемінний крок, галоп, pas chasse, «кривий крок», приставний бічний крок.

Практична частина. Виконання танцювальних кроків, дотримуючись заданого малюнку танцю; виконання фіксованих та перехідних малюнків; утворення фігур. Виконання перешикувань у малюнках танцю: з колони по одному в пари, з пар в колони, з колони по два в колони по чотири; утворення кола з колони.

Виконання кроків: крок з носка, крок з п'ятки, простий танцювальний крок, підскоки, марш з високим підніманням колін, перемінний крок, галоп, pas chasse, «кривий крок», приставний бічний крок, повороти (праворуч,

ліворуч); марширування за темпом і ритмом музики; фігурне марширування з перешикуваннями. Виконання ігрових завдань на шикування та утворення малюнків танцю.

3. Екзерсис (50 год.)

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису біля станка. Постановка корпусу біля станка. Відкриті, прямі, закриті позиції ніг (I, II, III). Правила переведення ніг із позиції в позицію. Вправи для розвитку рухливості стопи (battements tendus).

Напівприсідання (demi plies) за I, II, III відкритими позиціями. Маленькі кидки на 45° (battements tendus jetes). Колообертальний рух ногою по підлозі (rond de jambee de pied parterre). М'які розвороти ноги –(battements fondus). Підготовка до «віршовочки». Вправи з ненапруженою стопою (flic-flac). Піднімання ноги на 90°(battements developpes). Великі кидки (grands battements jetes). Нахили та перегинання корпусу (обличчям та спиною до станка). Підготовчі рухи до складних технічних вправ (обличчям до станка): підготовчі вправи до обертів на місці (для дівчат), підготовчі вправи до «повзунця» (для хлопців).

Практична частина. Вивчення правильної постановки корпусу, позицій ніг: I, II, III (відкрита, пряма, закрита), позицій рук.

Виконання вправ біля станка: переведення ніг із позиції в позицію; напівприсідання (demi plies) за I, II, III відкритими позиціями; вправи для розвитку рухливості стопи (battements tendus); маленькі кидки на 45° (battements tendus jetes); колообертальний рух ногою по підлозі (rond de jambee parterre); м'які розвороти ноги (battements fondus); підготовка до «віршовочки»: ковзання стопою робочої ноги по опорній нозі у відкритому положенні з підніманням на пів пальці; вправи з ненапруженою стопою (flic-flac) «від себе» і «до себе», від щиколотки вільною стопою у відкритому положенні в бік; піднімання ноги на 90° (battements developpes); великі кидки (grands battements jetes); нахили та перегинання корпусу (обличчям та спиною до станка); підготовчі рухи до складних технічних вправ (обличчям до станка): підготовчі вправи до обертів на місці (для дівчат), підготовчі вправи до «повзунця» (для хлопців).

4. Партерна гімнастика (25 год.)

Теоретична частина. Вправи партерної гімнастики, їх назви, особливості виконання, вимоги до їх якісного виконання. Координація рухів. Вправи для розвитку сили, витримки м'язів. «Танцювальний крок», або «розтяжка». Правила виконання вправ для розвитку «танцювального кроку» («розтяжки»).

Практична частина. Засвоєння вправ, вивчених впродовж підготовчого рівня навчання, з прискоренням темпу виконання, збільшенням кількості повторів.

Вивчення вправ: для виворотності, сили стоп, для гнучкості та сили спинних м'язів, для формування «пресу» і розвитку координації.

Вивчення вправ для розвитку «танцювального кроку» («розтяжки»).

5. Елементи народно-сценічного танцю (50 год.)

Теоретична частина. Українські народні танці. Історичні, географічні, релігійні та соціально-політичні передумови розвитку народного танцю. Відмінність виконання жіночих і чоловічих танців. Ліричність – основна особливість виконання жіночого танцю. Динамічність, широта руху – характерна особливість виконання чоловічого танцю. Характерні особливості танців слов'янських народів, загальні риси, та відмінності. Основні елементи українського народно-сценічного танцю. Основні елементи польського народно-сценічного танцю. Основні елементи німецького народно-сценічного танцю.

Практична частина. Вивчення елементів українського народно-сценічного танцю: уклін жіночий; уклін чоловічий; самостійні та парні положення рук; вправи для рук з використанням позицій рук та поз українського народно-сценічного танцю; притупи: одинарні, подвійні, потрійні; середній «тинок»; «віршовочка»; простий танцювальний крок з просуванням вперед та назад; крок з підбора; кроки-переступання на пів пальцях з просуванням і поворотом (вперед, вбік, назад); перемінний крок; «бігунець»; підготовчі вправи до присядок (вивчаються біля станка); присядка «м'ячик» (вивчається біля станка); оберти по діагоналі; підготовка до обертів на місці.

Вивчення елементів польського народно-сценічного танцю: почергове розкривання рук (запрошення); рух руками з хусткою; звичайний крок з притупами; «човгаючий крок»: підбором по підлозі, пів пальцями по підлозі; перескоки з ноги на ногу по III вільній позиції і з просуванням вбік.

Вивчення елементів німецького народно-сценічного танцю (за вибором керівника) «Полька»: основний хід танцю «Полька»; боковий крок-підбивка (галоп); «молоточки» (підскоки з наступним ударом пів пальцями другої ноги); потрійний притуп; підбивка з просуванням уперед.

6. Постановочна робота (50 год.)

Теоретична частина. Видатні хореографи України. Основні принципи та етапи постановочної роботи.

Практична частина. Постановка концертних номерів на основі вивченого хореографічного матеріалу.

Відпрацювання (вдосконалення) танцювальних номерів з репертуару колективу. Участь у концертах, конкурсних програмах та фестивалях.

7. Концертні програми, зустрічі, екскурсії (8 год.)

Теоретична частина. Історія становлення балетного театру і українського народно-сценічного танцю.

Практична частина. Перегляд концертних програм, балетних вистав. Зустрічі з педагогами-хореографами. Ознайомлення з історією та культурою рідного краю.

8. Підсумок (6 год.)

Теоретична частина. Перевірка, виявлення знань вихованців
Відзначення кращих вихованців. Підбиття підсумків роботи.

Практична частина. Відкрите заняття. Звітний концерт.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- основні малюнки танцю, фіксовані та перехідні малюнки;
- правила постановки корпусу біля станка, відкриті, прямі, закриті позиції ніг (I, II, III), правила переведення ніг із позиції в позицію;
- назви, особливості та правила виконання екзерсису біля станка в обсязі передбаченому певним роком навчання;
- вправи партерної гімнастики, їх назви, особливості виконання;
- вправи для розвитку сили, витримки м'язів;
- правила виконання вправ для розвитку «танцювального кроку»;
- назви й особливості виконання основних рухів українського народно-сценічного танцю;
- назви й особливості виконання основних танцювальних елементів російського та білоруського народно-сценічного танцю;
- видатних хореографів України;
- основні принципи та етапи постановочної роботи.

Вихованці мають уміти:

- виконувати перешикування, передбачені певним роком навчання;
- самостійно утворювати основні малюнки танцю;
- виконувати правила постановки корпусу біля станка, відкриті, прямі, закриті позиції ніг (I, II, III), правила переведення ніг із позиції в позицію;
- методично правильно виконувати екзерсис біля станка;
- узгоджувати засвоєні вправи партерної гімнастики з відповідним темпом і ритмом;

виконувати:

- вправи для розвитку «танцювального кроку»;
- танцювальні рухи та елементи відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- основні рухи українського народно-сценічного танцю;

- основні танцювальні елементи польського та німецького народно-сценічного танцю;
- відпрацювати, вдосконалити власну виконавську майстерність.

Вихованці мають набути досвіду:

- самостійного перешикування й утворення основних малюнків танцю;
- виконання вправ екзерсису біля станка;
- узгодження засвоєних вправ партерної гімнастики з відповідним темпом і ритмом;

виконання:

- вправ для розвитку «танцювального кроку»;
- танцювальних рухів та елементів відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- основних рухів українського народно-сценічного танцю;
- основних танцювальних елементів польського та німецького народно-сценічних танців;
- участі у концертних програмах, фестивалях, конкурсах.

Основний рівень, другий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2		2
2.	Музично-просторові вправи	5	20	25
3.	Екзерсис	10	40	50
4.	Партерна гімнастика	5	20	25
5.	Елементи народно-сценічного танцю	10	40	50
6.	Постановочна робота	5	45	50
7.	Концертні програми, зустрічі, екскурсії	4	4	8
8.	Підсумок	2	4	6
	Разом	47	169	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Мета, завдання і зміст роботи. Організаційні питання. Правила поведінки в танцювальному залі, закладі.

2. Музично-просторові вправи (25 год.)

Теоретична частина. Стиль, характер, манера виконання рухів.

Перешикування у малюнках танцю: з колони по одному в пари, з пар в колони, з колони по два в колони по чотири; утворення кола з колони.

Практична частина. Виконання колективно-порядкових вправ у заданому стилі і характері українського, польського, німецького танців. Виконання основних кроків та рухів. Виконання перешикувань у малюнках танцю: з колони по одному в пари, з пар в колони, з колони по два в колони по чотири; утворення кола з колони.

3. Екзерсис (50 год.)

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису біля станка. Постановка корпусу біля станка. Відкриті, прямі, закриті позиції ніг (I, II, III). Правила переведення ніг із позиції в позицію. Вправи для розвитку рухливості стопи (battements tendus).

Напівприсідання (demi plies) за I, II, III відкритим позиціями. Маленькі кидки на 45° (battements tendu jetes). Колообертальний рух ногою по підлозі (rond de jambe pied parterre). М'які розвороти ноги –(battements fondus).

Підготовка до «вірьовочки». Вправи з ненапруженою стопою (flic-flac). Піднімання ноги на 90° (battements developpes). Великі кидки (grands battements jetes). Нахили та перегинання корпусу (обличчям та спиною до станка). Підготовчі рухи до складних технічних вправ (обличчям до станка): підготовчі вправи до обертів на місці (для дівчат), підготовчі вправи до «повзунця» (для хлопців).

Практична частина. Вивчення правильної постановки корпусу, позицій ніг: I, II, III (відкрита, пряма, закрита), позицій рук.

Виконання вправ біля станка: переведення ніг із позиції в позицію; напівприсідання (demi plies) за I, II, III відкритими позиціями; вправи для розвитку рухливості стопи (battements tendus); маленькі кидки на 45° (battements tendu jetes); коло обертальний рух ногою по підлозі (rond de jambe par terre); м'які розвороти ноги – напівприсідання на опорній нозі з поворотом коліна робочої ноги з закритого положення у відкрите (battements fondus); підготовка до «вірьовочки»: ковзання стопою робочої ноги по опорній нозі у відкритому положенні з підніманням на пів пальці; вправи з ненапруженою стопою (flic-flac) «від себе» і «до себе», від щиколотки вільною стопою у відкритому положенні в бік; піднімання ноги на 90° (battements developpes); великі кидки (grands battements jetes); нахили та перегинання корпусу (обличчям та спиною до станка); підготовчі рухи до складних технічних вправ (обличчям до станка): підготовчі вправи до обертів на місці (для дівчат), підготовчі вправи до «повзунця» (для хлопців).

4. Партерна гімнастика (25 год.)

Теоретична частина. Вправи партерної гімнастики, їх назви, особливості виконання, вимоги до їх якісного виконання. Координація рухів. Вправи для розвитку сили, витримки м'язів. Вправи для розвитку «танцювального кроку» («розтяжки»).

Практична частина. Засвоєння вправ, вивчених упродовж підготовчого рівня навчання, з прискоренням темпу виконання, збільшенням кількості повторів. Вивчення вправ: для виворотності, сили стоп, для гнучкості та сили спинних м'язів, для «пресу», для розвитку координації. Вивчення вправ для розвитку «танцювального кроку» («розтяжки»). Ускладнення комбінацій раніше вивчених вправ.

5. Елементи народно-сценічного танцю (50 год.)

Теоретична частина. Зв'язок народного танцю з історією, побутом і звичаями народу. Лексичні особливості танців різних регіонів України. Основні (базові) елементи українського народно-сценічного танцю. Загальна характеристика польського народного танцю. Особливості виникнення, формування і розвитку польського народного танцювального мистецтва. Основні елементи польського народно-сценічного танцю.

Практична частина. Вивчення основних (базових) елементів українського народно-сценічного танцю: положення рук у групових танцях; вправи для рук; «вірьовочка» у координації з роботою рук; «тинок» у

координації з роботою рук; «вихилясник», «вихилясник» з поворотом; «припадання», «упадання» на місці та з просуванням; «доріжка»; підготовчі вправи до «голубців»; основні рухи української польки; «підбивки», «вибиванці»; «присядки»; «повзунець» з опорою на руку; «розніжка» на підлозі; оберти по діагоналі; оберти на місці.

Вивчення елементів польського народно-сценічного танцю: «притупи»; «галопа»; «полька дрібна»; «хід з вибиванцями»; потрійні зіскоки по I паралельній позиції.

6. Постановочна робота (50 год.)

Теоретична частина. Відомі виконавці українського народного танцю. Композиція танцю. Основні композиційні прийоми. Виконавська майстерність.

Практична частина. Постановка концертних номерів із застосуванням основних композиційних прийомів. Робота над вдосконаленням виконавської майстерності. Відпрацювання номерів з репертуару колективу. Участь в концертах, конкурсних програмах та фестивалях.

7. Концертні програми, екскурсії, творчі зустрічі (8 год.)

Теоретична частина. Видатні хореографи українського походження, значення їх творчості для розвитку світового танцювального мистецтва. Видатні особистості танцювальної сцени рідного міста.

Практична частина. Перегляд концертних програм, балетних вистав. Перегляд відеоматеріалу. Обговорення побаченого. Зустрічі з педагогами-хореографами. Ознайомлення з історією та культурою рідного краю.

8. Підсумок(6 год.)

Теоретична частина. Перевірка, виявлення знань вихованців. Відзначення кращих вихованців. Підбиття підсумків роботи.

Практична частина. Відкрите заняття. Звітний концерт.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- стиль, характер, манеру виконання рухів;
- правила постановки корпусу біля станка, відкриті, прямі, закриті позиції ніг (I, II, III), правила переведення ніг із позиції в позицію.
- назви, особливості та правила виконання екзерсису біля станка;
- назви засвоєних вправ партерної гімнастики, мету і завдання кожного з них;
- вправи для розвитку сили, витримки м'язів;
- правила виконання вправ для розвитку «танцювального кроку».
- назви та особливості виконання основних рухів українського і польського народно-сценічних танців;

- основні композиційні прийоми у постановочній роботі;
- біографічні факти із життя видатних хореографів; дані про найвідоміші хореографічні колективи України та міста.

Вихованці мають уміти:

- виконувати вправи у заданому стилі і характері українського, польського, німецького танців;
- робити перешикування, передбачені програмою 4 року навчання;
- методично правильно виконувати екзерсис біля станка;
виконувати:
- вправи для розвитку сили, витримки м'язів, «танцювального кроку»;
- танцювальні рухи та елементи відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- основні рухи українського народно-сценічного танцю;
- рухи білоруського народно-сценічного танцю;
- відпрацьовувати, удосконалювати власну виконавську майстерність.

Вихованці мають набути досвіду:

- виконання:
- вправи заданому стилі і характері українського, польського, німецького танців;
- самостійного перешикування, та утворення основних малюнків танцю;
- екзерсису біля станка;
- вправ для розвитку сили, витримки м'язів, «танцювального кроку»;
- танцювальних рухів та елементів відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- основних рухів німецького народно-сценічного танцю;
- відпрацювання, вдосконалення власної виконавської майстерності;
- участі у концертних програмах, фестивалях, конкурсах.

**Основний рівень, третій рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2		2
2.	Вправи на середині залу	5	20	25
3.	Екзерсис	10	50	60
4.	Український танець	15	30	45
6.	Постановочна та репетиційна робота	10	45	55
7.	Концертні програми, зустрічі, екскурсії	4	6	10
8.	Підсумок	2	2	4
Разом		36	180	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Значення танцювального мистецтва у житті українського народу. Мета, завдання і зміст роботи. Організаційні питання. Правила поведінки в танцювальному залі, закладі.

2. Вправи на середині залу (25 год.)

Теоретична частина (блок 1). Положення рук, вправи для рук. Основні кроки та рухи. Вправи для хлопців. Вправи для дівчат. Вправи для пластичності корпусу. Віртуозні вправи: оберти на двох ногах в VI позиції на пів пальцях, на місці (з поворотом голови); підготовка до піруету ан дедан; пірует ан деор; па шене по діагоналі; «обертас», «млинець».

Практична частина (блок 2). Виконання вправ у заданому стилі і характері українського, польського, німецького танців. Виконання основних кроків та рухів. Виконання вправ для хлопців та дівчат окремо. Виконання вправ для пластичності тіла. Робота над технікою: оберти на двох ногах в VI позиції на пів пальцях, на місці (з поворотом голови); підготовка до піруету ан дедан; пірует ан деор (один оберт); па шене; тур ан лер ан деор та ан дедан.

Вивчення віртуозних вправ українського танцю: «обертас», «млинець».

3. Екзерсис (60 год.)

Теоретична частина. Особливості та правила виконання екзерсису біля станка: demi plies, grands plies у I, II, V позиції; battement tendu; вправи з виносом ноги на підбор; battement tendu jeté; підготовчі вправи до rond de jambe par terre; battement fondu; battement soutenu; battement frappe; «дрібні вистукування»; petit battement sur le cou de pied на всій стопі; grand battement jeté pointe; перше і третє пор-де-бра як завершення різних вправ; relevé; напів повороти на одній нозі ан деор та ан дедан.

Практична частина. Виконання екзерсису біля станка: demi plies, grand plies у I, II, V позиції; battement tendu; вправи з виносом ноги на підбор; battement tendu jeté; rond de jambe par terre; battement fondu; battement soutenu; battement frappe; «дрібні вистукування»; petit battement sur le cou de pied на всій стопі; grand battement jeté pointe; перше і третє пор-де-бра як завершення різних вправ; relevé; напів повороти на одній нозі ан деор та ан дедан.

4. Український танець (60 год.)

Теоретична частина. Значення танцювального мистецтва у житті українського народу. Класифікація та характеристика українських народних танців. Назви та особливості виконання основних танцювальних елементів українського народно-сценічного танцю Центрального регіону. Віртуозні, технічно складні вправи.

Практична частина. Вивчення рухів українського народно-сценічного танцю Центрального регіону: «віршовочка» у координації з роботою рук; «тинок» у координації з роботою рук; «вихилясник»; «вихилясник» з поворотом; «упадання» на місці та з просуванням; «голубці»; «присядки»; «повзунець» з опорою на руку; «розніжка» на підлозі; оберти по діагоналі; оберти на місці; «дрібшкі та вибиванці».

Вивчення технічно складних рухів: обертань та віртуозних вправ українського танцю.

5. Постановочна та репетиційна робота (55 год.)

Теоретична частина. Видатні українські та закордонні хореографи. Видатні закордонні хореографи українського походження. Зв'язок музики і танцю.

Практична частина. Робота вдосконаленням виконання танцювальних номерів з репертуару колективу. Відпрацювання конкурсного матеріалу. Участь у концертах, конкурсних програмах та фестивалях.

Перегляд наочних відеоматеріалів (записів балетних вистав, танцювальних конкурсів, концертів). Обговорення, аналіз побаченого.

6. Концертні програми, творчі зустрічі, екскурсії (10 год.)

Теоретична частина. Хореографічні ансамблі України. Балетмейстер-постановник.

Практична частина. Перегляд концертних програм хореографічних колективів художньої самодіяльності та професійних ансамблів. Перегляд відеоматеріалу. Обговорення побаченого. Зустрічі із професійними хореографами.

Екскурсії у природу, ознайомлення з історією та культурою рідного краю.

7. Підсумок(4 год.)

Теоретична частина. Перевірка знань методики виконання вивченого матеріалу.

Практична частина. Відкрите заняття. Звітний концерт.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- особливості та правила виконання екзерсису біля станка, посеред залу, обертів та піруетів;
- класифікацію та характеристику українських народних танців;
- назви та особливості виконання танцювальних елементів українського народно-сценічного танцю Центрального регіону;
- віртуозні, технічно складні вправи;
- видатних українських і закордонних хореографів;
- взаємозв'язок музики і танцю;
- принцип роботи над удосконаленням виконавської майстерності;
- історію рідного краю.

Вихованці мають уміти виконувати:

- екзерсис біля станка відповідно до вимог;
- оберти та піруети;
- основні рухи українського народно-сценічного танцю Центрального регіону;
- віртуозні рухи українського танцю;
- рухи відповідно до характеру музичного супроводу.

Вихованці мають набути досвіду:

- виконання вправ екзерсису біля станка, обертів та піруетів;
- застосування набутих знань у виконанні основних рухів українського народно-сценічного танцю Центрального регіону;
- виконання танцювальних елементів відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- відпрацювання, вдосконалення власної виконавської майстерності;
- участі у концертних програмах, фестивалях, конкурсах.

Основний рівень, четвертий рік навчання

НАВЧАЛЬН-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	усього
1.	Вступ	2		2
2.	Екзерсис	10	50	60
3.	Український танець	15	45	60
4.	Постановочна та репетиційна робота	15	55	70
5.	Концертні програми, творчі зустрічі, екскурсії	6	12	18
6.	Підсумок	2	4	6
Разом		50	166	216

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

1. Вступ (2 год.)

Теоретична частина. Мета, завдання і зміст роботи. Організаційні питання. Правила поведінки в танцювальному залі, закладі.

2. Екзерсис біля станка, посеред залу, оберти та піруети(60 год.)

Теоретична частина. Термінологія, особливості та правила виконання екзерсису біля станка, посеред залу, обертів та піруетів. Вправи з виносом ноги на підбор, дрібні вистукування. Віртуозні рухи, особливості виконання.

Практична частина. Вивчення вправ з виносом ноги на підбор, дрібних вистукувань.

Виконання екзерсису біля станка та посеред залу: demi plies, grands plies у I, II, V позиції; battement tendu; battement tendu jeté; rond de jambe par terre; battement fondu на 45°; battement soutenu в сторону, вперед, назад; battement frappe, double battement frappe; petit battement sur le cou de pied на всій стопі, на пів пальцях, рівномірно і з акцентом на фазе епольман; grand battement jeté pounte; перше і третє пор-де-бра як завершення різних вправ; relevé на пів пальцях в I-V позиціях на пів пальцях з переміною ніг; напів повороти на одній нозі ан деор та ан дедан.

Робота над технікою виконання віртуозних рухів у більш швидкому темпі: оберти на двох ногах в V позиції на пів пальцях і на місці (з поворотом голови); підготовка до піруету ан дедан та ан деор з V позиції; пірует ан деор та ан дедан з V, IV і III позиції з закінченням в V та IV позицію (один оберт); па шене по діагоналі та по колу; тур ан лер ан деор та ан дедан.

3. Український танець (60 год.)

Теоретична частина. Багатство та краса українського танцю. Лексичні особливості танців різних регіонів України. Основні рухи, композиційна побудова танців Південного регіону України. Основні рухи, композиційна побудова танців регіону Закарпаття. Технічно складні рухи, обертання та віртуозні рухи українського танцю.

Практична частина. Вивчення основних елементів танців Південного регіону України: «вихиляс», «вірьовочка», «припадання», «упадання», «тинок», «голубці», «підбивка», «кабріоль», «доріжка», «вибиванці», «плескачки», «перескоки». Вправи для хлопців: присядка з виносом ноги вбік, «підсічка», «бочечка», бічна присядка, присядка-розніжка. Виконання круток, обертів, обертань для дівчат.

Вивчення рухів та комбінацій до танцю «Херсонський гопак», «Хортичанка».

Вивчення основних елементів закарпатських танців: положення ніг, рук, голови, корпусу, розташування виконавців у парно-масових танцях; повороти та оберти в парі на місці та з просуванням; виконання «дрібушок», притупів, «вибиванців», присядок, «плескачків», стрибків, «перескоків».

Виконання рухів та комбінацій до танців «Березнянка», «Дубо-танець», «Увиванець».

Удосконалення виконання технічно складних рухів, обертань та віртуозних рухів українського танцю.

Виконання комбінацій та етюдів у заданому стилі й характері українського танцю.

4. Постановочна та репетиційна робота (70 год.)

Теоретична частина. Видатні хореографи сучасності. Композиційна побудова танцю. Драматургія танцювального номера. Закони драматургії у постановочній роботі. Тема, ідея танцювального номера. Сюжет.

Практична частина. Робота над композицією і постановкою танцювальних номерів. Удосконалення виконавської майстерності. Відпрацювання діючого та конкурсного матеріалу.

5. Концертні програми, творчі зустрічі, екскурсії (18 год.)

Теоретична частина. Робота професійних та самодіяльних хореографічних ансамблів.

Практична частина. Перегляд концертних програм хореографічних колективів художньої самодіяльності та професійних ансамблів. Перегляд відеоматеріалу. Обговорення побаченого. Зустрічі із професійними хореографами.

Екскурсії у природу, ознайомлення з історією та культурою краю.

6. Підсумок(6 год.)

Теоретична частина. Перевірка знань методики виконання вивченого матеріалу.

Практична частина. Відкрите заняття. Звітний концерт.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- термінологію вивчених тренувальних вправ у обсязі передбаченому певним роком навчання;

- характерні особливості чоловічого та жіночого виконання рухів;
- методику, термінологію, особливості та правила виконання екзерсису біля станка, посеред залу, обертів та піруетів;
- методику виконання вправ з виносом ноги на підбор, дрібних вистукувань;
- лексичні особливості танців різних регіонів України;
- основні рухи, композиційну побудову танців Південного регіону України;
- основні рухи, композиційну побудову танців регіону Закарпаття;
- технічно складні рухи, обертання та віртуозні рухи українського танцю;
- видатних хореографів сучасності;
- композиційну побудову танцю, закони драматургії;
- історію та культуру рідного краю.

Вихованці мають уміти:

- виконувати тренувальні вправи у стилі та манері музичного супроводу;
- виконувати екзерсис біля станка, посеред залу, оберти та піруети, відповідно до вимог;
- виконувати вправи з виносом ноги на підбор, дрібні вистукування;
- виконувати основні елементи танців Південного регіону України;
- виконувати рухи та комбінації до танців «Херсонський гопак», «Хортичанка»;
- виконувати основні елементи закарпатських танців;
- виконувати рухи та комбінації до танців «Березнянка», «Дубо-танець», «Увиванець»;
- якісно виконувати технічно складні вправи, обертання та віртуозні рухи українського танцю;
- виконувати вправи у заданому стилі й характері українського танцю;
- застосовувати набуті вміння і навички при виконанні вправ різних частин заняття;
- самостійно опрацьовувати засвоєний матеріал;
- створювати образи, відтворювати характер рухів народно-сценічного танцю.
- визначати тему, ідею танцювального номера, його драматургічну побудову.

Вихованці мають набути досвіду:

- застосування набутих знань, вмінь та навичок при виконанні вправ екзерсису біля станка, обертів та піруетів;
- виконання вправ з виносом ноги на підбор, дрібних вистукувань;
- виконання основних елементів танців Південного регіону України;
- застосування набутих знань, вмінь та навичок при виконання рухів та комбінацій до танців «Херсонський гопак», «Хортичанка»;
- виконання основних елементів закарпатських танців;

- застосування набутих знань, вмінь та навичок при виконанні рухів та комбінацій до танців «Березнянка», «Дубо-танець», «Увиванець»;
- якісного виконання технічно складних вправ, обертань та віртуозних рухів українського танцю;
- виконання танцювальних рухів та елементів відповідно до характерних особливостей музичного супроводу;
- визначення теми, ідеї танцювального номера, його драматургічної побудови;
- відпрацювання, вдосконалення власної виконавської майстерності;
- участі у концертних програмах, фестивалях, конкурсах.

Використані джерела та література:

1. Березова Г. Класичний танець у дитячих хореографічних колективах. / Г. Березова – К. : Музична Україна, 1990. – 256 с.
2. Березова Г. Хореографічна робота з дошкільнятами. / Г. Березова – К. : Музична Україна, 1989. – 208 с.
3. Бондаренко Л. Методика хореографічної роботи в школі і позашкільних закладах. / Л. Бондаренко – К. : Музична Україна, 1985 – 223 с.
4. Гуменюк А. Українське народне хореографічне мистецтво. / А. Гуменюк – К.: АН УССР, 1962. – 232 с.

5. Верховинець В. М. Теорія українського народного танцю. / В. М. Верховинець – К. : Музична Україна, 1990. – 149 с.
6. Голдрич О. Основи хореографічного мистецтва. / О. Голдрич – Л.: Край, 2003. – 160 с.
7. Зубатов С. Л. Основи викладання українського народно-сценічного танцю. / С. Л. Зубатов – К.: ІПК ПК, 1995. – 133 с.
8. Кривохижа А. М. Гармонія танцю./А. М. Кривохижа – Кіровоград : РВЦ КДПУ ім. В.Вінніченка, 2006. – 11 с.
9. Ніколаєва Т. Історія українського костюма. / Т. Ніколаєва – К. : Либідь, 1996. – 119 с.
10. Шевчук А. Дитяча хореографічна програма та навчально-методичне забезпечення хореографічної діяльності дітей від 3 до 7 років. / А. Шевчук – К. : Шкільний світ, 2008. – 128 с.