

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«Воронежский государственный институт искусств»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.26 «ТАНЕЦ»**

**Специальность: 52.05.01 Актерское искусство**

**специализация: «Артист драматического театра и кино»**

**Уровень образования: высшее образование – специалитет**

**Квалификация выпускника: Артист драматического театра и кино**

**Форма обучения - очная**

**Факультет театральный**

**Кафедра, отвечающая за реализацию дисциплины: кафедра мастерства актера**

Рабочая программа учебной дисциплины «Танец» разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по специальности 52.05.01 Актерское искусство, специализация «Артист драматического театра и кино», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 16.11.2017 г. № 1128.

### **52.05.01 Актерское искусство 2020 года приема**

Рабочая программа учебной дисциплины «Танец» обсуждена на заседании кафедры мастерства актера «28» июня 2023 года Протокол № 6

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_ Сисикина И.Б.

Разработчик:

Самофалова Наталья Игоревна, старший преподаватель кафедры мастерства актера

## **1. Цели и задачи освоения дисциплины «Танец»**

Цель дисциплины «Танец»: ознакомление и изучение разделов хореографии:

- классический танец;
- народно-сценический;
- историко-бытовой;
- балльный и современный танец.

### **1.1. Задачи дисциплины «Танец»:**

- развитие техники движения, состоящей из короткого комплексного тренинга у станка и на середине, на основе классического или характерного экзерсиса и движения народного танца;
- развитие координации, пластики и выразительности движений, базирующих на движениях танцев, предусмотренных программой;
- развитие практических танцевальных навыков, т.е. усвоение самих танцев, исторических, бытовых и отдельных движений и фигур народных танцев.

## **2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина «Танец» адресован студентам-специалистам, обучающимся по специальности **52.05.01 Актерское искусство, специализация «Артист драматического театра и кино»**, и входит в состав обязательной части Блока 1. Он непосредственно связан с такими дисциплинами как «Мастерство актера», «Ритмика и основы музыкальной грамоты», «Сценическое движение».

Изучение смежных дисциплин идет параллельно с изучением модуля «Танец» дисциплины «Сценическое движение», способствует комплексному развитию творческой личности.

Изучение данного модуля позволяет сформировать у студентов систему знаний в области хореографического искусства и танцевальные навыки.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ТАНЕЦ»**

Процесс освоения учебной дисциплины «Танец» направлен на формирование элементов индикаторов достижений профессиональных компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ООП ВО по специальности 52.05.01 Актерское искусство, специализация «Артист драматического театра и кино»:

|   |   |  |
|---|---|--|
| Задача ПД   | Код и наименование профессиональный компетенции выпускника                              | индикаторы достижения профессиональных компетенции (знает, умеет)  |
| <b>Тип задач профессиональной деятельности: творческо-исполнительский</b>   |   |  |
| Подготовка под руководством режиссера и исполнение роли в спектаклях разных жанров, концертных программах, а также в кино- и телевизионных фильмах; владение навыками самостоятельных занятий актерским тренингом | ПКО-5. Способен актерски существовать в танце, владеет различными танцевальными жанрами | <p>ПКО-5.1. знает основные виды и жанры танцевального искусства</p> <p>ПКО-5.2. знать методику исполнения различных танцевальных жанров</p> <p>ПКО-5.3. уметь использовать выразительные средства танцевального искусства при создании образа</p> <p>ПКО-5.4. умеет под руководством режиссера и хореографа работать над созданием пластической партитуры роли, осваивать разработанный хореографом танцевальный материал</p> <p>ПКО-5.5. умеет быть в танце органичным, музыкальным и ритмичным</p> <p>ПКО-5.6. владеет техниками различных танцевальных жанров</p> <p>ПКО-5.7. владеет методикой самостоятельной работы над танцевально-пластическим рисунком роли</p> |

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Танец»

Распределение трудоемкости в часах по всем видам аудиторной и самостоятельной работы студента по семестрам:

| Вид учебной работы                        | Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | 1                                   | 2                                   | 3                                   | 4                                   | 5                                   | 6                                   | 7                                   |
|---|-----------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
|   |                             | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах | сем.<br>Труд.-<br>ем.<br>в<br>часах |
| <i>1</i>                                  | <i>2</i>                    | <i>3</i>                            | <i>4</i>                            | <i>5</i>                            | <i>6</i>                            | <i>7</i>                            | <i>8</i>                            | <i>9</i>                            |
| <b>Аудиторные занятия</b><br>в том числе: |                             |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |
| Лекции (Л)                                | -                           | -                                   | -                                   | -                                   | -                                   | -                                   | -                                   | -                                   |

|   |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
|---|----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Семинары (С)  |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Практические занятия (ПЗ)<br>в том числе:                         |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
| групповые   |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
| мелкогрупповые  |          | 416 | 64  | 64  | 64  | 64  | 64  | 64  | 32  |
| индивидуальные  |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Консультации  |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
| Курсовая работа   |          |     |     |     |     |     |     |     |     |
| <b>Самостоятельная работа студента (СРС)</b>                      |          | 214 | 44  | 26  | 26  | 26  | 26  | 26  | 40  |
| <b>Контроль</b>   |          | 18  | -   | -   | -   | -   | -   | -   | 18  |
| <b>Вид промежуточной аттестации:</b><br>зачет (З) или экзамен (Э) |          |     | 3   | 3   | -   | 3   | -   | 3   | Э   |
| ИТОГО:<br>Общая трудоемкость                                      | час.     | 648 | 108 | 90  | 90  | 90  | 90  | 90  | 90  |
|   | зач. ед. | 18  | 3   | 2,5 | 2,5 | 2,5 | 2,5 | 2,5 | 2,5 |

### 5. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины «Танец»:

| №  | Наименование разделов и тем   | Всего часов трудоемкости | Аудиторные занятия |          |              |                |                | СРС | Экзамены |
|----|---|--------------------------|--------------------|----------|--------------|----------------|----------------|-----|----------|
|    |   |                          | Лекции             | Семинары | Практические |                |                |     |          |
|    |   |                          |                    |          | Групповые    | Мелкогрупповые | Индивидуальные |     |          |
| 1  | 2   | 3                        | 4                  | 5        | 6            | 7              | 8              | 9   | 10       |
| 1. | Классический экзерсис.  | 78                       |                    |          |              | 48             |                | 30  |          |
| 2. | Экзерсис на середине зала.  | 68                       |                    |          |              | 38             |                | 30  |          |
| 3. | Народно-сценический экзерсис (на материале танцев народов мира).  | 80                       |                    |          |              | 50             |                | 30  |          |
| 4. | Технические сложности: мужские хлопушки, дроби.   | 76                       |                    |          |              | 54             |                | 22  |          |
| 5. | Технические сложности: женские дробные вращения, дроби.   | 80                       |                    |          |              | 50             |                | 30  |          |
| 6. | Бальный танец. Вальс по третьей позиции. Венский вальс. Медленный вальс. Ча-ча-ча. Самба. Румба. Танго. | 75                       |                    |          |              | 55             |                | 20  |          |
| 7. | Джаз-танец, модерн-танец, степ-танец.   | 50                       |                    |          |              | 30             |                | 20  |          |
| 8. | Историко-бытовой танец: поклон XVI века. Менуэт.  | 60                       |                    |          |              | 48             |                | 12  |          |

|               |  |            |  |  |  |            |  |            |           |
|---------------|--|------------|--|--|--|------------|--|------------|-----------|
|               | Павана. Полонез. Полька.   |            |  |  |  |            |  |            |           |
| 9.            | Народно-сценические танцы: Краковяк, Мазурка, Молдавская хора, Испанский танец, Арагонская хота, Русский лирический, Цыганский, Венгерский, Дагестанский, Арабский, Венесуэльский. | 63         |  |  |  | 43         |  | 20         |           |
| 10.           | Контроль   | 18         |  |  |  |            |  |            |           |
| <b>Итого:</b> |  | <b>648</b> |  |  |  | <b>416</b> |  | <b>214</b> | <b>18</b> |

### 6. Содержание разделов дисциплины «Танец»

| №  | Наименование разделов и тем | Содержание раздела в дидактических единицах   |
|----|-----------------------------|---|
| 1. | Классический экзерсис.      | <p>Позиции ног – I, II, III, IV, V.<br/> Позиции рук – подготовительное положение, 1, 3, 2 (проходятся у станка и на середине зала).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Demi-plies в I, II, III, V, IV позициях.</li> <li>Grands plies в I, II и V позициях, в IV позиции.</li> <li>Battements tendus: <ol style="list-style-type: none"> <li>с I позиции в сторону, вперед, назад;</li> <li>с demi-plies в V позиции в сторону, вперед, назад;</li> <li>с V позиции в сторону, вперед, назад;</li> <li>с demi-plies в V позиции в сторону, вперед, назад;</li> <li>с опусканием пятки во II позиции с I и V позиций;</li> <li>с demi-plies во II позиции без перехода с опорной ноги и в IV позиции без перехода и с переходом с опорной ноги, с I и V позиций;</li> <li>passé par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию).</li> </ol> </li> <li>Battements tendus jetés: <ol style="list-style-type: none"> <li>с I и V позиции в сторону, вперед, назад;</li> <li>с demi-plies в I и V позиции в сторону, вперед, назад;</li> <li>riques в сторону, вперед, назад.</li> </ol> </li> <li>1-е и 3-е port de bras.</li> <li>Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.</li> <li>Demi rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans (в начале объясняется понятие en dehors et en dedans).</li> <li>Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plie.</li> <li>Plie-soutenus вперед, в сторону, назад, с подъемом на полупальцы в V позиции.</li> <li>Положение ноги qui le sou de rue вперед, назад и обхватное.</li> <li>Battements fondus в сторону, вперед, назад, на 45°.</li> <li>Battemens soutenus вперед, в сторону, назад – на 45°.</li> </ol> |

|    |                           |  |
|----|---------------------------|--|
|    |                           | <p>13. Battements retires sur le cou-de-pied, на 90'.</p> <p>14. Battements frappes в сторону, вперед, назад – на 30'.</p> <p>15. Petits battements sur le cou-de-pied.</p> <p>16. Battements doubles frappes в сторону, вперед, назад на 30'.</p> <p>17. Ronde de jambe en l'air en dehors et en dedans.</p> <p>18. Battements releves lents на 45', позднее на 90' с I и V позиций в сторону, вперед, назад.</p> <p>18. Battements developpes:<br/> а) вперед, в сторону, назад;<br/> б) passes во всех направлениях.</p> <p>19. Grands battements jetes с I и V позиций вперед, в сторону, назад.</p> <p>20. Releves на полупальце в I, II, V позициях с вытянутых ног и с demi-plie.</p> <p>21. Перегибание корпуса назад, позднее в сторону (стоя лицом к станку).</p> <p>22. Pas de bourree suiviz без продвижения (стоя лицом к станку).</p> <p>23. Pas de bourree с переменной ног (стоя лицом к станку).</p> <p>24. Полуповороты с V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах (начиная с вытянутых ног и с demi-plies) и полный поворот.</p> <p>25. Preparation к pirouette sur le cou-de-pied с V позиции en dehors et en dedans.</p>  |
| 2. | Экзерсис на середине зала | <p>1. Положение epaulement croise et effoue'.</p> <p>2. Позы: croisee, efface, ecartee вперед и назад; I, II, III arabesques.</p> <p>3. Demi-plies по I и II позициям en face; по III, V, IV позициям en face и epaulement.</p> <p>4. Grand plies в I и II позициях en face; в V позиции en face et epaulement.</p> <p>5. 1-е, 2-е, 3-е port de bras.</p> <p>6. Battements tendus:<br/> а) с I и V позиции во всех направлениях;<br/> б) с demi-plies в I и V позициях во всех направлениях;<br/> в) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиции;<br/> г) с demi-plies во II и IV позициях без перехода с опорной ноги с переходом;<br/> д) в позах: croisee, efface, I и III arabesques;<br/> е) passé par terre.</p> <p>7. Battements tendus jetes:<br/> а) с I и V позиций во всех направлениях;<br/> б) с demi-plies в I и V позициях во всех направлениях;<br/> в) riques во всех направлениях.</p> <p>8. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans.</p> <p>9. Demi-rond jambe par terre en dehors et en dedans.</p> <p>10. Plie-soutenus во всех направлениях.</p> <p>11. Battements fondues носком в пол во всех направлениях на 45'.</p> <p>12. Battements soutenus носком в пол во всех направлениях.</p> |

|    |  |  |
|----|--|--|
|    |  | <p>13. Battements frappes носком в пол во всех направлениях на 30’.</p> <p>14. Petits battements sur le cou-de-pied.</p> <p>15. Battements doubles frappes носком в пол во всех направлениях на 30’.</p> <p>16. Rond de jambe en l’air en dehors et en dedans.</p> <p>17. Battements releves lents во всех направлениях на 45’ и 90’.</p> <p>18. Battements developpes во всех направлениях.</p> <p>19. Grands battements jetes с I и V позиций во всех направлениях.</p> <p>20. Releves на полупальцы в I, II, и V позиций с вытянутых ног и с demi-plies.</p> <p>21. Pas de bourree suivie en face на месте и с продвижением в сторону.</p> <p>22. Pas de bourree с переменной ног en face и с окончанием в epaulement.</p> <p>23. Повороты на полупальцах вокруг себя на одном месте в V позиции.</p> <p>24. Temps lie par terre вперед и назад.</p> <p>25. Полуоборот в V позиции с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног с demi-plie и полный поворот.</p>   |
| 3. | Народно-сценический экзерсис (на материале танцев народов мира). | <p>В тренаже характерных и народных танцев имеется VI позиция ног. В положении VI позиции обе стопы стоят рядом, параллельно одна другой, соприкасаются носок с носком и пятка с пяткой.</p> <p>В положении VI позиции обе стопы стоят рядом, параллельно одна другой, соприкасаются носок с носком и пятка с пяткой.</p> <p><b>Позиции ног.</b><br/> Пять открытых: I, II, III, IV, V открытые позиции народно-сценического танца аналогичны пяти позициям классического танца.</p> <p>Пять прямых:<br/> I прямая – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп.<br/> II прямая – обе ноги поставлены параллельно на расстоянии стопы друг от друга.<br/> III прямая – обе ноги поставлены рядом и соприкасаются внутренними сторонами стоп; каблук одной ноги находится у середины стопы другой.<br/> IV прямая – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом на расстоянии стопы.<br/> V прямая – обе ноги поставлены по одной прямой линии друг перед другом; каблук одной ноги соприкасается с носком другой.</p> <p><b>Полуприседание (demi-plies) и полное приседание (grand-plies).</b><br/> Музыкальный размер – 2/4. Полуприседание и полное приседание делается методом классического тренажа. Изменяется только положение руки: на два аккорда музыкального сопровождения рука опускается на талию. Делаются два полуприседания, причем на втором на счет раз – рука проводится на I позицию, на два – открывается на II позицию. В следующем движении – полном</p> |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>приседании – положение руки то же, что и в классическом тренаже. После полного приседания рука остается во II позиции и при следующем полуприседании, т.е. на раз, - рука опускается на талию. Полуприседание и полное приседание делаются по два раза на всех пяти позициях. Музыкальный размер – 3/4, 4/4 и 6/8. Музыкальное сопровождение и выполнение движения – в характере белорусского, венгерского, польского, испанского или восточных танцев. Исходная позиция ног – I, II, IV или V открытая или прямая. Рука – в 4-й позиции. Голова повернута от станка. Методика выполнения полуприседаний и полных приседаний в народно-сценическом танце аналогична методике выполнения <i>demi-plies</i> и <i>grand-plies</i> в классическом танце.</p> <p><b>Battements tendus.</b><br/>Музыкальный размер – 3/4.<br/>Упражнение для развития подвижности ступни.<br/>Исходное положение – III позиция.<br/>На раз – вытянутую правую ногу вывести вперед на носок.<br/>На и – стопу правой ноги перевести с носка на каблук и носок ее поднять насколько возможно вверх.<br/>На два – стопу правой ноги перевести с каблука на носок.<br/>На три – слегка отделив ступню от пола, возвратит ногу в III позицию с ударом всей стопой об пол. В момент удара оба колена согнуть.<br/>Это упражнение делается вперед, в сторону, назад и в сторону.<br/>Когда упражнение делается назад, то при переходе с носка на каблук работающую ногу следует несколько подтягивать к опорной ноге.<br/>Музыкальный размер – 2/4 или 6/8. Музыкальное сопровождение и выполнение движения – в характере белорусского, польского или итальянского танцев.<br/>Исходная позиция ног – V открытая. Рука – в 4-й позиции. Голова повернута от станка.<br/>Движение может выполняться вперед, в сторону и назад.</p> <p><b>С одним ударом стопой по V открытой позиции.</b><br/>Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1 такт.<br/>Затакт (первая восьмая второй четверти последнего такта музыкального вступления) – вытянутая в колене работающая нога открывается вперед на 45° в открытом положении; стопа вытягивается. Корпус от талии немного отклоняется назад.<br/>Вторая восьмая – пауза.<br/>Первая четверть.<br/>Первая восьмая – работающая нога, скользя всей стопой по полу, ставится в V открытую позицию одновременно с полуприседанием на обеих ногах. Корпус от талии и голова слегка наклоняются к работающей ноге.</p> |
|--|---|

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>Вторая восьмая – работающая нога, сгибаясь в открытом положении в колене, поднимается с «сокращенной» стопой до щиколотки опорной, которая сохраняет полуприседание.</p> <p>Вторая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога скользящим ударом всей стопой по полу, по V открытой позиции, делает резкий бросок вперед на 45° в открытое положение, вытягиваясь в колене и стопе. Одновременно вытягивается в колене и опорная нога. Корпус выпрямляется и от талии немного отклоняется назад. Голова, повернутая от станка, поднимается.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p><b>Развертывание работающей ноги (battement developpe) с одновременным ударом каблукком опорной.</b></p> <p>Музыкальный размер – 4/4. Движение занимает 1 такт. Музыкальное сопровождение и выполнение движения – в характере венгерского танца. Исходная позиция ног – V открытая. Рука – в подготовительном положении. Голова повернута от станка.</p> <p>Движение может выполняться вперед, в сторону и назад. Дается описание движения вперед.</p> <p>1. Плавное</p> <p>Затакт – с подъема на полупальцы на обеих ногах работающая нога сгибается в колене и в открытом положении поднимается, скользя вытянутой стопой по опорной спереди, до колена. Голова поворачивается к станку. Рука поднимается в 1-ю позицию.</p> <p>Первая четверть – работающая нога мягко открывається вперед не выше 90°. На одной ноге выполняется полуприседание с одновременным мягким ударом каблука. Рука раскрывается во 2-ю позицию; ладонь открыта. Корпус от талии слегка отклоняется назад. Голова поворачивается от станка.</p> <p>Вторая четверть – пауза.</p> <p>Третья четверть – вытянутая работающая нога опускается на носок и, скользя носком по полу, ставится в V позицию. Одновременно опорная нога вытягивается в колене. Рука возвращается в подготовительное положение. Корпус выпрямляется. Голова слегка наклоняется вперед.</p> <p>Четвертая четверть – пауза.</p> <p>2. Резкое</p> <p>Движение выполняется так же, как плавное, но развертывание работающей ноги и полуприседание на опорной делается резко.</p> <p>Музыкальный размер – 2/4. Движение выполняется так же, как на музыкальный размер 4/4, только не за 1, а за 2 такта; по мере освоения движения оно может выполняться быстрее, то есть на 1 такт.</p> <p><b>Маленькие броски от щиколотки с вытянутой стопой.</b></p> <p>Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1</p> |
|--|--|--|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>такт.</p> <p>Музыкальное сопровождение и выполнение движения – в характере итальянского сценического танца тарантелла.</p> <p>Движение может выполняться вперед и в сторону в открытом положении и по направлению к станку – в закрытом.</p> <p>1. В открытом положении.</p> <p>Исходная позиция ног – V открытая. Рука – в 4-й позиции. Голова повернута от станка.</p> <p>Затакт (вторая четверть последнего такта музыкального вступления) – работающая нога сгибается в колене и в открытом положении с вытянутой стопой поднимается спереди к щиколотке опорной.</p> <p>Первая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога резко открывается вперед или в сторону на 35°. Голова поворачивается по направлению вытянутой ноги.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога резко сгибается в колене и с вытянутой стопой в открытом положении подводится спереди к щиколотке опорной. Голова повернута от станка.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>2. В закрытом положении.</p> <p>Исходная позиция ног – V открытая. Рука – в 4-й позиции. Голова повернута от станка.</p> <p>Затакт (последняя четверть последнего такта музыкального вступления) – работающая нога сгибается в колене и в открытом положении с вытянутой стопой поднимается спереди к щиколотке опорной.</p> <p>Первая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога резко открывается по направлению к станку на 35° в закрытое положение. Корпус и бедра удерживаются прямо. Голова поворачивается к станку.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога резко сгибается в колене и с вытянутой стопой подводится спереди к щиколотке опорной в открытое положение. Голова одновременно с движением работающей ноги поворачивается от станка.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Оба эти движения являются подготовительными к движению «веер», задача которого – соединение описанных выше бросков в любой последовательности.</p> <p>3. В прямом положении вперед.</p> <p>Исходная позиция ног – I прямая. Рука – в 4-й позиции. Голова повернута от станка.</p> <p>Затакт – работающая нога сгибается в колене и в открытом положении с вытянутой стопой поднимается спереди к щиколотке опорной.</p> <p>Первая четверть.</p> |
|--|--|---|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>Первая восьмая – работающая нога резко открывается вперед немного ниже 45° в прямом положении. Голова поворачивается прямо.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога резко сгибается в колене и с вытянутой стопой подводится спереди к щиколотке опорной в открытое положение. Голова поворачивается от станка.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Это движение является подготовительным к цыганскому сценическому танцу (чечетка).</p> <p>Темп движения следует постепенно увеличивать.</p> <p><b>Rond de jambe par terre с комбинацией port de bras.</b></p> <p>Музыкальный размер 3/4.</p> <p>Круг ногой по полу.</p> <p>Исходное положение – I позиция.</p> <p>Вступление три аккорда.</p> <p>1-й аккорд – руку поднять на позицию и отвести на II позицию.</p> <p>2-й аккорд – правую ногу отвести назад на носок. Правую руку отвести во II позицию.</p> <p>3-й аккорд – правую ногу рывком подвести к щиколотке левой ноги сзади, колено развернуть.</p> <p>На раз – правую ногу с согнутым коленом повернуть внутрь, стопой правой ноги, скользя по полу внешней стороной стопы, провести вдоль стопы левой ноги и, продолжая продвижение, вытянуть носок и колено.</p> <p>На два – проделать ногой полукруг по принципу классического танца.</p> <p>На три – ногу рывком подвести к щиколотке левой ноги сзади нее.</p> <p>Делается круг ногой восемь раз. На восьмой раз этого упражнения на третьей четверти правую ногу не подтягивать к щиколотке левой ноги, а поставить сзади в III позицию.</p> <p>Музыкальный размер – 2/4. Музыкальное сопровождение и выполнение движения – в характере польского, испанского или венгерского танцев.</p> <p>Исходная позиция ног – V открытая. Рука – в подготовительном положении. Голова повернута от станка.</p> <p><b>Носком – с остановкой в сторону или назад (подготовка к «веревочке»):</b></p> <p>а) с остановкой в сторону.</p> <p>Затакт – работающая нога сгибается в колене, резко поднимается, скользя вытянутой стопой по опорной спереди, до колена, и на той же высоте в открытом положении переводится носком назад.</p> <p>Первая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога, скользя по опорной ноге, резко опускается сзади нее на всю стопу в V открытую позицию. Ноги в коленях вытянуты.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> |
|--|--|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>Вторая четверть.<br/> Первая восьмая – пауза.<br/> Вторая восьмая – работающая нога сгибается в колене и резко поднимается, скользя вытянутой стопой по опорной сзади, до колена, и на той же высоте в открытом положении переводится носком вперед.<br/> Третья четверть.<br/> Первая восьмая – работающая нога, скользя по опорной ноге, резко опускается спереди нее с носка на всю стопу в V открытую позицию. Ноги в коленях вытянуты.<br/> Вторая восьмая – пауза.<br/> Четвертая четверть – пауза.<br/> «Веровочка»<br/> Затакт – работающая нога сгибается в колене, резко поднимается, скользя вытянутой стопой по опорной спереди, до колена, и на той же высоте в открытом положении переводится носком назад.<br/> Одновременно опорная нога на всей стопе немного проскальзывает по полу вперед. Колено опорной ноги в момент проскальзывания свободно.<br/> Первая четверть.<br/> Первая восьмая – работающая нога, скользя по опорной ноге, резко опускается сзади нее на всю стопу в V открытую позицию.<br/> Ноги в коленях вытянуты.<br/> Вторая восьмая – пауза.<br/> Вторая четверть.<br/> Первая восьмая – пауза.<br/> Вторая восьмая – работающая нога сгибается в колене, резко поднимается, скользя вытянутой стопой по опорной сзади, до колена на той же высоте в открытом положении переводится носком вперед. Одновременно опорная нога на всей стопе немного проскальзывает по полу назад. Колено опорной ноги в момент проскальзывания свободно.<br/> Третья четверть.<br/> Первая восьмая – работающая нога, скользя по опорной ноге, резко опускается спереди нее с носка на всю стопу в V открытую позицию. Ноги в коленях вытянуты.<br/> Вторая восьмая – пауза.<br/> Четвертая четверть – пауза.<br/> С поворотом колена из открытого положения в закрытое положение и из закрытого положения в открытое.<br/> Затакт – работающая нога сгибается в колене в открытом положении, резко поднимается, скользя вытянутой стопой по опорной ноге спереди до колена, и поворачивается коленом в закрытое положение; вытянутая стопа работающей ноги – у колена опорной с внутренней стороны. Корпус удерживается прямо. Голова поворачивается к станку.<br/> Первая четверть.<br/> Первая восьмая – работающая нога, скользя по опорной ноге, резко опускается спереди стопы</p> |
|--|--|---|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>опорной ноги с носка на всю стопу в I прямую позицию. Носки направлены к станку. Ноги в коленях вытянуты.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая четверть.</p> <p>Первая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая восьмая – работающая нога сгибается в колене и в закрытом положении резко поднимается, скользя вытянутой стопой по внутренней стороне опорной, до колена, и резко разворачивается коленом в открытое положение. Голова поворачивается от станка.</p> <p>Третья четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога, скользя по опорной ноге, резко опускается спереди нее с носка на всю стопу в V открытую позицию. Ноги в коленях вытянуты.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Четвертая четверть – пауза.</p> <p>При выполнении этого движения работающая нога скользит по опорной ноге внешней или внутренней стороной стопы.</p> <p>Необходимо следить за тем, чтобы во время выполнения движения корпус оставался прямым, особенно когда работающая нога находится в закрытом положении.</p> <p>На музыкальный размер <math>2/4</math> движение выполняется так же, как на музыкальный размер <math>4/4</math>, только не за 1, а за 2 такта; по мере освоения движения оно может выполняться быстрее, то есть на 1 такт.</p> <p>Музыкальный размер – <math>3/4</math>. Движение занимает 2 такта.</p> <p>Первый такт музыкального вступления.</p> <p>Первая четверть.</p> <p>Первая восьмая – вытянутая работающая нога открывается в сторону на носок в открытое положение. Рука через 1-ю позицию открывается в 1-е положение. Голова через наклон вперед поворачивается в сторону открытой руки; взгляд сопровождает движение кисти.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая четверть – пауза.</p> <p>Третья четверть – пауза.</p> <p>Второй такт музыкального вступления.</p> <p>Первая четверть.</p> <p>Первая восьмая – работающая нога, делая полупальцами мазок по полу, сгибается в колене и с вытянутой стопой подводится в открытом положении сзади к щиколотке опорной. Рука закрывается в 4-ю позицию. Голова слегка наклоняется в сторону работающей ноги.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Вторая четверть – пауза.</p> <p>Третья четверть.</p> <p>Первая восьмая – пауза.</p> <p>Затакт (вторая восьмая) – работающая нога поворачивается в закрытое положение и, вытягиваясь в колене, опускается наружным ребром</p> |
|--|--|---|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>стопы на пол спереди стопы опорной, плотно соприкасаясь с ней. Продолжая движение, стопа работающей ноги, скользя наружным ребром по полу вдоль стопы опорной и вытягиваясь, проводится в закрытом положении к станку на носок. Голова через небольшой наклон вперед поворачивается к станку. Взгляд направлен на носок работающей ноги.</p> <p><b>Скольжение по ноге</b><br/>Музыкальный размер – 4/4. Движение занимает 1 такт. Музыкальное сопровождение и выполнение движения – в характере венгерского танца. Исходная позиция ног – V открытая. Рука – в 4-й позиции. Голова повернута от станка.</p> <p><b>Упражнение для рук и корпуса.</b><br/>Музыкальный размер 3/4.<br/>1-й такт. Перегнуть корпус вперед. Руку со II позиции опустить в подготовительное положение.<br/>2-й такт. Корпус возвратить в нормальное положение. Руку поднять в III позицию.<br/>3-й такт. Перегнуть корпус назад. Руку оставить в III позиции. Голову повернуть направо.<br/>4-й такт. Возвратить корпус в нормальное положение. Руку открыть во II позицию.</p> <p><b>Упражнение для развития большей подвижности тазобедренного сустава.</b><br/>Музыкальный размер 4/4.<br/>Исходное положение – III позиция.<br/>На раз – правую ногу, согнув в колене, резким движением проведя вдоль левой ноги, поднять вверх и довести носком до уровня колена опорной ноги. Носок к колену не должен прикасаться.<br/>На два – резко повернуть ногу внутрь, не снижая высоты.<br/>На три – ногу возвратить в положение на раз.<br/>На четыре – ногу резко опустить в III позицию вперед.</p> <p><b>Tortille.</b><br/>Музыкальный размер 2/4.<br/>Исходное положение – III позиция.<br/>Затакт – ногу поднять в сторону на 10-15°. Носок ноги вытянуть.<br/>На раз – правую ногу резким движением провести через V позицию и поставить носком на пол. Колени слегка согнуть.<br/>На и – правую ногу, не отделяя носка от пола, повернуть внутрь и опустить всей ступней на пол. Оба колена вытянуть.<br/>На два – правую ногу перевести на каблук и повернуть вправо, т.е. в выворотное положение, опустить всю ступню на пол в III позицию. Оба колена сильно согнуть.<br/>На и – правую ногу резким движением открыть в сторону на 10-15°. Носок ноги и оба колена вытянуть.</p> |
|--|--|

|    |   |  |
|----|---|--|
| 4. | Технические сложности: мужские хлопущки, дроби  | <p><b>Дроби</b> состоят из удара всей стопой – притопа и удара полупальцами - подушечкой стопы и каблука. Удары могут быть одинарные и двойные. На основе этих ударов создаются различные ритмические композиции – дроби.</p> <p><b>Хлопушки</b> – являются существенной частью русского мужского танца. Они состоят из ударов и хлопков. Удар делается ладонью по голенищу, бедру или подошве, а хлопок – ладонью одной руки о ладонь другой.</p> <p>Виды хлопущек:<br/> Одинарные хлопки и удары – фиксирующие.<br/> Одинарные хлопки и удары – скользящие.<br/> Двойные хлопки и удары – скользящие.<br/> Тройные хлопки и удары – скользящие.</p> <p>Некоторые движения в быстрых танцах исполняются с прыжком. К таким движениям относится русский ключ.</p> <p><b>Русский ключ</b> – движение по VI позиции. Выполняется в небольшом приседании; удар по полу исполняется всей подушечкой ступни. «Ключи» делятся на простые и сложные, в зависимости от количества притопов, ударов и хлопков.</p> <p>Разновидности «ключей»:<br/> Дробный простой.<br/> Дробный сложный.<br/> Хлопушечный простой (мужской).</p> <p>Изученные движения можно комбинировать в различной последовательности, подбирая их по характеру танца и в соответствии с музыкальным сопровождением. Музыкальное сопровождение танцев – русские народные мелодии, обработанные в современном плане. Возможны и специально написанные танцевальные пьесы. Музыкальные размеры – 2/4, 4/4.</p> <p>Для разучивания предлагается «Русский лирический танец». Композиция состоит из двух фигур, занимает 16 тактов, включает тройной ход, припадания в сторону, поворот, поворот в паре и соло – поворот.</p> |
| 5. | Технические сложности: женские дробные вращения, дроби.   | <p>Общие основы теории танца, методы тренинга и самостоятельной работы. Двигательные задачи, требующие сочетания высокого чувства равновесия уровня координации движений, пластичности, гибкости, выразительности, силы.</p>   |
| 6. | Бальный танец. Вальс по третьей позиции. Венский вальс. Медленный вальс. Ча-ча-ча. Самба. Румба. Танго. | <p><b>Венский вальс.</b></p> <p>Вальс – один из самых распространенных бальных танцев. Он стал популярен благодаря простоте и доступности движений. Вальс привлекает плавностью вращений и непосредственностью общения партнеров в танце. Венский вальс отличается особая техника исполнения шагов. Шаги исполняются полувыворотом с носка на всю ступню при движении вперед. В исходных позициях колени выпрямлены, но не напряжены. В приседании и в положении у щиколотки колени следует отводить в стороны в выворотное положение. Ступня во всех</p>  |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>случаях вытягивается. Необходимо соблюдать выворотное положение ног как в опоре, так и в свободном положении. Во время движений корпус строго подтянут. Следует избегать вычурных изгибов и манерности. Переводы рук исполняются четко через округлённые позиции, близкие к позициям классического танца. Отношение партнеров друг к другу должно быть подчеркнуто внимательно.</p> <p>Особые трудности возникают при исполнении вальса в паре. Здесь повороты требуют абсолютной синхронности движений партнеров. Поэтому учащиеся не рекомендуется объединять в пары прежде, чем они освоят движения порознь.</p> <p>Упражнения для венского вальса.</p> <p>1. Balance (плавное раскачивание).<br/> На раз – отвести правую ногу во II позицию.<br/> На два – к правой ноге приставить левую ногу и приподняться на полупальцы.<br/> На три – опуститься на обе ступни.<br/> Повторное движение проделывается в таком же порядке в левую сторону и с левой ноги.</p> <p>2. После усвоения этого управления, то же движение проделывается вперед и назад, т.е. на IV позицию.<br/> Balance вырабатывает у танцующих мягкость и плавность движений, характерных для вальса.</p> <p>3. Движение вперед и назад (три шага вперед, три шага назад).<br/> 1-й такт. На раз – бытовой шаг вперед с правой ноги.<br/> На два – скользящий шаг вперед левой ногой с подъемом на полупальцы обеих ног.<br/> На три – скользящий шаг вперед правой ногой с постепенным опусканием на всю ступню.<br/> 2-й такт. То же движение назад, но с левой ноги.<br/> Это упражнение проделывается до полного усвоения его танцующими (студентами).</p> <p>4. То же движение с поворотом на 180° через правое плечо. На 1-й такт делаются три шага вперед. Во 2-м такте на раз – делается шаг левой ногой не назад, а в сторону (на II позицию); на два - правая нога заходит за левую назад на IV позицию; на три – делается скользящий шаг назад левой ногой. В результате танцующий делает поворот на 180°. На следующие два такта при повторении получается второй поворот на 180°. Повторять эти движения надо до полного усвоения танцующими (студентами) поворота.</p> <p>5. Вращение с поступательным движением вокруг зала:<br/> а) вальс с поворотом (движение дамы). Поставить танцующих (студентов) в круг, левым плечом к центру круга. На 1-й такт делаются три шага, начиная с правой ноги, но с добавлением небольшого поворота вправо так, чтобы закончить движение спиной к центру круга. На счет «раз» 2-го</p> |
|--|--|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>такта – сделать шаг левой ногой в сторону (во II позицию), на «два» – скользящим круговым движением правую ногу провести за левую ногу на IV позицию, на «три» – левую ногу провести назад на IV позицию за правую ногу, все на повороте, с таким расчетом, чтобы в два такта сделать поворот на 360° и вновь оказаться в исходном положении – левым плечом к центру круга.</p> <p>Следующие такты – непрерывное повторение движений первых двух тактов;</p> <p>б) вальс с поворотом (движение кавалера).<br/>Танцующие (студенты) становятся в круг, спиной к центру, спиной к центру круга (лицом к стене). Начать движение с левой ноги, как во 2-м такте, т.е. на счет раз сделать бытовой шаг в сторону (во II позицию), на два – скользящую правую ногу вывести за левую назад на IV позицию, на три – сделать скользящий шаг левой ногой назад на IV позицию.</p> <p>Эти три шага делаются на значительном повороте, приблизительно на 270°.</p> <p>2-й такт. Сделать три шага вперед, начиная с правой ноги, как в 1-м такте, с частичным поворотом. В два такта необходимо сделать полный круг, т.е. повернуться на 360° и вновь оказаться спиной к центру круга.</p> <p>Следующие такты – повторение первых двух тактов:</p> <p>в) те же движения в парах. Кавалер становится спиной к центру зала, дама – лицом. Кавалер начинает с левой ноги, дама с правой ноги.</p> <p>Вальс в три па (венский) в парах требует несколько иной расстановки партнеров, чем в польке или русском вальсе, а именно: партнеры не должны стоять друг против друга; кавалеру следует так поставить свою даму, чтобы его голова пришлась против правого плеча дамы.</p> <p><b>Медленный вальс.</b></p> <p>Медленный вальс – танец по 6 позиции. Он представляет собой современную трансформацию венского вальса и значительно отличается от вальса по 3 позиции как положениями в паре, так и техникой исполнения движений. Меняется и манера исполнения.</p> <p>Медленный вальс – танец свободной композиции, поэтому педагог имеет возможность варьировать движения по своему выбору. Исполнители должны постоянно сохранять замкнутую позицию рук. Руки не расслаблены, так как партнер должен иметь возможность легко и свободно вести партнершу в танце. Характер музыки медленного вальса плавно, как бы растянутый, поэтому танец исполняется широко, с подчеркнутыми подъемами и опусканиями, акцентируются небольшие наклоны верхней части корпуса вправо и влево.</p> <p>Музыкальный размер – 3/4, акцент на первую долю такта. Техника исполнения шагов следующая: чередование шагов на всю ступню (вперед – с</p> |
|--|--|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>каблука, назад – с носка), на полупальцы с постепенным подъёмом и опусканием на всю ступню в конце третьего шага. Все шаги одинаковы по темпу, каждый шаг занимает одну четверть такта.</p> <p>Схема медленного вальса:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закрытая перемена вперед;</li> <li>2. Закрытая перемена назад;</li> <li>3. Правый поворот;</li> <li>4. Левый поворот;</li> <li>5. Открытая перемена вперед;</li> <li>6. Открытая перемена назад;</li> <li>7. Правый спин-поворот;</li> <li>8. Виск;</li> <li>9. Синкопированное шассе;</li> <li>10. Кортэ;</li> <li>11. Виск назад;</li> <li>12. Перемена с задержкой;</li> <li>13. Левый спин-поворот;</li> <li>14. Импетус – поворот;</li> <li>15. Променад;</li> <li>16. Винг.</li> </ol> <p><b>Ча-ча-ча.</b></p> <p>Родина танца – Куба. Название танца не связано с каким-либо определенным народным танцем. Оно как бы подчеркивает характерный для кубинских мелодий ритм, напоминающий четкий, суховатый звук маракас. Благодаря динамичности, яркости и разнообразию движений танец «Ча-ча-ча» получил широкое распространение.</p> <p>Основные движения танца строятся на шагах, исполняемых в ритме (М-М-М-Б-Б) с акцентом на первую и четвертую доли такта.</p> <p>Музыкальный размер – 4/4, темп умеренно-быстрый.</p> <p>Движения «Ча-ча-ча» по степени сложности можно разделить на три группы. К первой группе относятся: основной ход, повороты вправо и влево, развороты вперед и назад. Эти движения наиболее доступны для начинающих, при их изучении осваиваются необычный ритм танца, характер и манеры исполнения.</p> <p>Шаги в танце исполняются на подушечку ступни с переходом на всю ступню. Одновременно исполняется характерное для кубинских народных танцев движение тазобедренного пояса (поворот и отведение в сторону). При этом верхняя часть тела не меняет своего положения, плечи постоянно находятся на одном уровне. В движениях тазобедренного пояса необходимо проявлять чувство меры.</p> <p>Схема движения танца «Ча-ча-ча»:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной ход;</li> <li>2. Основной ход вперед;</li> <li>3. Основной ход назад;</li> <li>4. Поворот;</li> <li>5. Выпад вперед;</li> <li>6. Выпад назад;</li> </ol> |
|--|--|

7. Веер;
8. Связующее звено;
9. Алемана;
10. Открытый основной ход;
11. Открытый основной ход вперед;
12. Открытый основной ход назад;
13. Кручение;
14. Правый волчок;
15. Раскрытие;
16. Спираль;
17. Витьё.

**Кубинская румба.**

Кубинская румба по своей схеме близка к танцу «Ча-ча-ча», но исполняется в более спокойном темпе и другом ритме (Б-Б-М).

Кубинская румба исполняется с небольшим продвижением, её можно танцевать на небольшом пространстве. Движения в основном строятся на трех шагах, при этом два шага в быстром темпе (Б) исполняются на 2 и 3 четверти (счет «два» и «три»), а шаг в медленном темпе (М) – на 4 четверть и 1 четверть следующего такта (счет «четыре» и «раз»). Таким образом, как бы смягчается (сглаживается) тактовое деление, что привносит ритмическое разнообразие в пластику румбы, придавая слитный характер всему рисунку движения. Это создаёт определенные трудности при изучении кубинской румбы.

Положения в паре, схема движений те же, что и в танце «Ча-ча-ча».

Музыкальный размер – 4/4, темп медленный.

**Самба.**

Самба – это быстрый танец с четкой, пульсирующей ритмикой. Родина самбы – Бразилия. Самба исполняется с продвижением по линии танца, как исключение, некоторые движения исполняются на месте.

Шаги в основном исполняются с подушечки на всю ступню. Для самбы характерно пружинящее движение. Оно является составным элементом большинства движений и заключается в расслаблении и небольшом сгибании колен в начале переноса тяжести тела на опорную ногу и выпрямлении колен после переноса тяжести тела. Движения тазобедренного пояса иные, чем в румбе или ча-ча-ча: отклонение исполняется вперед и назад, и называется «маятниковым» движением корпуса. Корпус отклоняется только в верхней части. Утрированные движения корпуса не рекомендуются. При этом голова является как бы основанием «маятника».

«Маятниковые» движения необходимо исполнять с большим чувством меры.

В самбе используются шаги с неполным переносом тяжести тела с одной ноги на другую (переходом). Необычны и разнообразны ритмы самбы. Раскладка движений идёт на счет «раз» - «и» - «два» - «и». Но необходимо помнить, что движения на счет «раз»

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>обычно более длительное, чем на последующий счет «и». Поэтому при разучивании можно использовать счет «медленно» - «и» - «медленно», который подчеркнёт синкопированный ритм танца. Музыкальный размер – 2/4. Темп умеренно быстрый.</p> <p>Основные положения в паре и соединения рук. Закрытое положение. Замкнутая позиция рук. Променадные положения. Замкнутая позиция рук сохраняется.</p> <p>Положение променада. Положение контрпроменада.</p> <p>Теневое положение. (Партнерша – впереди).</p> <p>А. Руки в свободном положении.</p> <p>Б. В смещенном теневом положении соединяются левая рука партнера и правая рука партнерши. Смещение может быть вправо или влево.</p> <p>Схема движений самбы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основной ход;</li> <li>2. Поступательный ход;</li> <li>3. Виск;</li> <li>4. Самба-ход вперед;</li> <li>5. Боковой самба-ход;</li> <li>6. Самба-ход на месте;</li> <li>7. Соло – поворот;</li> <li>8. Самба – поворот влево;</li> <li>9. Бото – фого;</li> <li>10. Контр – бото – фого;</li> <li>11. Корта – джака.</li> </ol> <p>Движения самбы можно соединять в любой последовательности.</p> <p><b>Танго.</b></p> <p>Танец сложился из движений и поз, характерных для аргентинских и испанских танцев. Его особенности составляют контрастные сочетания движений, резкая смена положений. Темпераментному по характеру танго, чужды утрирование, позирование, любование собой. Манера исполнения танго сочетает в себе яркую выразительность южных народов со сдержанной строгостью и немногословностью. Несмотря на общие черты с некоторыми другими европейскими танцами (медленным вальсом и фокстротом), танго значительно отличается от них положением в паре, техникой и своеобразной манерой исполнения движений.</p> <p>Музыкальный размер – 2/4, темп – умеренно-медленный.</p> <p>Техника исполнения шагов.</p> <p>Исходное положение в паре обуславливает технику исполнения шагов. В закрытом положении при шаге вперед левая нога ставится несколько накрест правой ноге; при шаге назад правая нога ставится несколько накрест левой ноге. Шаги вперед, вперед - влево и вперед – вправо исполняются с каблука. Шаги назад исполняются с подушечки ступни на всю ступню. Шаги в сторону исполняются через внутреннее ребро ступни на всю ступню. На шаге –</p> |
|--|--|---|

|    |                                       |   |
|----|---------------------------------------|---|
|    |                                       | <p>приставке нога ставится сразу на всю ступню. При исполнении шагов вперед, вправо – вперед и влево – вперед освобождается и приподнимается каблук опорной ноги.</p> <p>При исполнении шагов назад во время прохождения свободной ноги мимо опорной освобождается и приподнимается подушечка ступни опорной ноги. В момент наибольшего расстояния между ступней тяжесть тела находится на каблуке ноги, расположенной впереди, и подушечке ноги, расположенной позади.</p> <p>В танго нет подъёмов на полупальцы и опусканий: корпус постоянно находится на одном уровне. Шаги исполняются чуть сверху. Нельзя допускать скольжения ступни по полу.</p> <p>Схема основных движений танго:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Левый поворот;</li> <li>2. Закрытый левый поворот;</li> <li>3. Открытый левый поворот;</li> <li>4. Рокк – поворот;</li> <li>5. Поступательное звено;</li> <li>6. Променад;</li> <li>7. КORTE назад;</li> <li>8. Поступательный боковой ход;</li> <li>9. Правый променадный поворот;</li> <li>10. Фор – степ;</li> <li>11. Браш – теп;</li> <li>12. Твист – поворот.</li> </ol> <p>Движение танго можно исполнять в любой последовательности.</p>   |
| 7. | Джаз-танец, модерн-танец, степ-танец. | <p><b>Джайв.</b></p> <p>Современный танец свободной композиции, исполняется на месте или с незначительным продвижением. Это позволяет танцевать «Джайв» при большом количестве пар на танцевальной площадке.</p> <p>Движения танца строятся на элементах основного хода, состоящего из покачивания и шассе. Шаги в джайве небольшие и исполняются с подушечки на всю ступню. Движения ног подчеркиваются легкими движениями тазобедренного пояса.</p> <p>Исходное положение – 6 позиция.</p> <p>Для джайва характерны замкнутые и полужамкнутые позиции соединений рук в паре. При этом кисти соединённых рук должны находиться на уровне талии или чуть выше. Локти нельзя отводить в сторону, они должны быть приближены к корпусу. При исполнении движений партнер и партнёрша удаляются друг от друга только на расстояние согнутых соединённых рук, но не далее. Свободные руки не имеют чётких определенных позиций, они произвольно сгибаются у корпуса, кисти собраны в неплотные кулачки.</p> <p>Своеобразие танца составляют различные переходы и повороты партнеров, смена рук.</p> <p>Необычным в джайве является то, что движения в танце занимают шесть четвертей, т.е. полтора такта. Это создает определённые трудности при</p> |

|    |  |  |
|----|--|--|
|    |  | <p>разучивании.<br/>         Большинство движений джайва строятся по схеме основного хода, причем в основном варьируются первое и второе шассе, которые исполняются с поворотом вправо, влево, кроме того, меняется направление шассе (вперед или назад).<br/>         Для сопровождения можно использовать современную музыку с музыкальным размером 4/4, темп быстрый.</p>   |
| 8. | <p>Историко-бытовой танец: поклон XVI века. Менуэт. Пavana. Полонез. Полька.</p> | <p><b>Полонез.</b><br/>         Полонез – это торжественный бальный танец, парадное шествие, которым открывались большие балы. Точное время его появления неизвестно. Происходит он от польского народного танца, но к XVI веку в значительно измененном виде получил распространение как дворянский танец. Характер танца напоминает старинную Павану.<br/>         Исполнение полонеза технически несложно. Труднее сохранить и передать стиль танца: торжественность и даже надменность движений, застывшую парадность его фигур.<br/>         В исполнении танца может принять неограниченное число пар, без различия возраста.<br/>         В первой паре, по обычаю, идет наиболее почетный гость с хозяйкой дома. Во второй - хозяин дома с почетной гостьей. За ними следуют попарно остальные гости.<br/>         Исполнением полонеза открывается бал. Это как бы его официальная, торжественная часть.<br/>         Очень интересное описание танца составил известный венгерский композитор Ф.Лист. Оно не имеет непосредственного отношения к современному полонезу (Лист воспроизводит танец таким, как он исполнялся в Польше в XVII и XVIII веках), но дает большой иллюстративный материал к нему, помогая вернее и лучше понять стиль этого технически несложного, но красивого танца.<br/>         Полонез встречается в ряде опер («Иван Сусанин» Глинки, «Евгений Онегин» Чайковского), в спектаклях драматического театра («Борис Годунов» Пушкина, «Маскарад» Лермонтова).<br/>         Музыкальный размер полонеза 3/4.<br/> <b>Основной шаг.</b><br/>         Как правило, движение начинается с правой ноги. На первые две четверти делаются два шага вперед, на третью четверть делается шаг правой ногой с небольшим приседанием, одновременно левая нога проходит скользящим движением через I позицию вперед.<br/>         Следующий такт начинается таким же образом, но уже с левой ноги.<br/> <b>Полька.</b><br/>         Полька – старинный чешский народный танец. Особую популярность он получил в начале XIX века в Словакии, Сербии, Венгрии, Австрии, а в 40-х годах XIX века широко распространился по всей Европе (особенно во Франции) как бальный танец. Каждый народ вкладывал в этот танец радость,</p> |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>оптимизм и жизнелюбие, стремился отразить в нём свои национальные, неповторимые особенности, лучшие черты. Поэтому, несмотря на общность отдельных элементов, все польки отличны друг от друга по характеру и манере исполнения.</p> <p>В драматических спектаклях, особенно при постановке водевилей, разнообразные движения и фигуры польки можно использовать не только как самостоятельный танец, но и как сценическое движение при исполнении куплетов и концовок.</p> <p>На материале движений польки может быть построен целый ряд танцев, передающих стиль середины XIX столетия.</p> <p>Музыкальный размер польки 2/4.</p> <p>Самым характерным для польки является шаг с подскоком. Подскок является главным составным элементом «па» польки, имеет несколько вариантов исполнения. В общепринятой польке основные движения исполняются сдержанно и выворотню. Кроме «па» польки, в танце можно использовать «па» галопа, которое чаще используется по 6 позиции в стремительном движении по линии танца. С самого начала изучения польки необходимо обратить внимание на легкость исполнения подскоков. Для облегчения освоения движения рекомендуется включать в тренаж подготовку к подскоку: подъём на полупальцы, сгибание и выпрямление свободной ноги, а также небольшие прыжки на полупальцах.</p> <p>Подскоки – это небольшие прыжки на низких полупальцах по 6 позиции и по 3 позиции.</p> <p>Подскоки исполняются многократно в позициях, а также на правой и левой ноге, при этом свободная нога находится в положении у щиколотки.</p> <p>Необходимо следить, чтобы колени в прыжке выпрямлялись. При приземлении каблуки не касаются пола. Приседание должно быть небольшим, только за счет эластичного расслабления колен.</p> <p>Шаг с подскоком – движение является составным («па» польки) и самостоятельным. Исполняется на месте и с продвижением, а также в повороте.</p> <p>Исходное положение – 6 позиция.</p> <p>«Па» польки – основной ход танца, исполняется по 6 и по 3 позиции с правой и левой ноги.</p> <p>Предварительно исполняется затактовое движение.</p> <p>В польке по 3 позиции необходимо следить, чтобы все движения выполнялись выворотню. Особенно важно добиваться точности положения. Все шаги исполняются на низких полупальцах, также как и подскоки. Свободная нога проводится вперед или назад, близко к опорной ноге с согнутым коленом. При отведении ноги на воздух её не следует подбрасывать. Отведение должно быть невысоким и сдержанным. Колени и ступня, отведенные на воздух, должны быть выпрямлены.</p> <p>«Па» польки по 6 позиции исполняется на месте, с продвижением вперед и назад, в повороте по схеме</p> |
|--|---|

|    |   |  |
|----|---|--|
|    |   | <p>переступания. Затактовое движение выполняется с подскоком. Положение у шиколотки фиксируется только на подскоках. В остальных случаях свободная нога проводится вперед или назад с согнутым коленом. Движение выполняется невыворотом.</p>  |
| 9. | <p>Народно-сценические танцы: Краковяк, Мазурка, Молдавская хора, Испанский танец, Арагонская хота, Русский лирический, Цыганский, Венгерский, Дагестанский, Арабский, Венесуэльский.</p> | <p><b>Мазурка.</b><br/> Мазурка – национальный польский танец, получивший свое название от воеводства Мозувия, где он был широко распространен среди местного населения – мазуров.<br/> Кроме Польши, мазурка получила широкое признание в Венгрии и Чехии.<br/> В России мазурка была известна со времени царствования Екатерины II, но в моду как салонный танец начала входить только с начала XIX века.</p> <p>1. Pas de basque.<br/> Затакт – быстрым бросковым движением вывести вперед к IV позиции правую ногу, откуда после небольшого кругового движения стопы слева направо отвести правую ногу обратно к левой ноге и одновременно сделать небольшой скачок на левой ноге.<br/> 1-й такт. На раз – опуститься на правую ногу.<br/> На два – проскользнуть носком левой ноги к IV позиции и перенести тяжесть корпуса на левую ногу.<br/> На три – сделать шаг вперед правой ногой, перенести на нее тяжесть корпуса.<br/> На и – повторить движение затакта 1-го такта с левой ноги, т.е. быстрым бросковым движением вывести левую ногу вперед и т.д.<br/> 2-й такт. Повторить движение 1-го такта только с левой ноги.<br/> 3-й такт. То же с правой ноги и т.д. по окружности зала.<br/> Это движение типа pas de basque требует тренировки. Оно выполняется в мазурке обеими партнерами, но является основным женским движением.</p> <p>2. Мужское движение – pas gala (парадное па).<br/> Затакт – пятку правой ноги незначительно отделить от пола, одновременно левую ногу скользящим движением вывести вперед в IV позицию, носок вытянуть и незначительно отделить стопу от пола.<br/> 1-й такт. На раз – опустить левую ногу на пол и перенести на нее тяжесть тела.<br/> На два – правую ногу, согнутую в колене, невысоко отделить от пола, колени обеих ног должны быть почти на одной линии.<br/> На три – сделать подскок на левой ноге.<br/> На «и» – резким скользящим движением стопы через I позицию выбросить вперед правую ногу в IV позицию, носок вытянуть, после чего незначительно отделить ступню от пола.<br/> Одновременно на левой ноге сделать маленький подскок с незначительным продвижением вперед.</p> |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>2-й такт. На раз – опустить правую ногу на пол и перенести на нее тяжесть корпуса. Далее продолжать движения первого такта, но с другой ноги.</p> <p>Сложность этого движения состоит в том, что необходимо сделать один за другим два небольших подскока на одной и той же ноге. Рекомендуется в начале работы показать только первый подскок на третьей четверти такта, и лишь после четкого усвоения танцующими (студентами) этого движения в таком незаконченном виде, добавить второй подскок на затакт следующего такта.</p> <p>3. Фигура, носящая термин «promenade» (прогулка), в основном исполняется движением <i>pas de basque</i> и <i>pas gala</i>.</p> <p>Исполняя эту фигуру, кавалер держит в правой руке левую руку дамы, корпус кавалера должен быть отклонен несколько влево, а дамы – вправо, голову повернуть к партнеру. Во время танца кавалер обязан вести даму так, чтобы она была несколько впереди его.</p> <p>Удар каблуком, движение известное под польским термином «голубец».</p> <p>В начале фигуры кавалер должен сделать поворот на четверть круга, встать спиной к центру зала, лицом к даме.</p> <p>Затакт – левую ногу вывести в сторону на II позицию. Одновременно слегка согнуть колено правой ноги.</p> <p>1-й такт. На раз – сделать небольшой прыжок на правой ноге с продвижением всего тела влево, одновременно ударить ногами каблук о каблук.</p> <p>На два – сделать шаг левой ногой влево.</p> <p>На три – правую ногу приставить к левой ноге на I позицию.</p> <p>Следующие такты – повторение движения в ту же сторону, с той же ноги. Затем следует усвоить то же движение с правой ноги в правую сторону. После закрепления этих упражнений танцующие становятся в пары. Корпус мужчины должен быть отклонен несколько влево, дамы – вправо. Взгляд направлен на партнера. Затем движения, указанные ранее, следует отрабатывать стоя в парах.</p> <p>Повороты в парах на месте.</p> <p>Первый вариант.</p> <p>Кавалер поворачивается лицом к даме, продолжая держать в правой руке ее левую руку, левой же рукой он берет даму за талию. Партнеры стоят лицом друг к другу, левым плечом против левого плеча. В этой позе танцующие (студенты) делают поворот на месте правым плечом вперед. Для выполнения этой фигуры имеются разнообразные движения ног. Самое несложное из них:</p> <p>На раз – оба партнера делают маленькие прыжки (прискоки) левой ногой. Одновременно незначительно согнутой в колене правая нога, носком касаясь пола, круговым движением выводится на IV позицию вперед.</p> |
|--|--|

|  |   |
|--|---|
|  | <p>На два – правую ногу ставят на пол с переносом на нее тяжести тела.</p> <p>На три – левую ногу с небольшим скольжением ставят впереди правой ноги.</p> <p>Каждый новый такт повторяются эти движения, пока исполняется эта фигура, которая, по усмотрению кавалера, может продолжаться от четырех до восьми тактов.</p> <p>Второй вариант. Кавалер левой рукой держит левую руку дамы, правой берет даму за талию. В таком положении пары вращаются, дамы лицом вперед, кавалеры – спиной.</p> <p>Эта фигура выполняется следующими движениями ног: кавалер (на счет раз) делает небольшой прыжок на правой ноге, одновременно левую, немного согнутую в колене, круговым движением у пола заносит назад на IV позицию. На счет два – ставит ее на пол, на счет три – приставляет правую ногу к левой ноге.</p> <p>Дама на счет раз делает прыжок на левой ноге, одновременно круговым движением выносит правую ногу вперед на IV позицию. При исполнении этого движения колено правой ноги должно быть несколько согнуто, вытянутый носок чуть скользит по полу, ступня выворотная. На счет два – правая нога ставится на пол. На счет три – левая нога приставляется к правой ноге.</p> <p>Исполнять мазурку возможно только при условии ритмичного перехода с одного движения на другое, с фигуры на фигуру. Мной описаны только самые элементарные движения танца.</p> <p><b>Краковяк.</b></p> <p>Краковяк – польский народный танец. Движения краковяка в большей части построены на различных прыжках, исполняются они очень легко и пластично. При исполнении этого танца очень важна точность в положениях рук и головы, придающих законченность каждой позе. Одной из обязательных черт исполнения краковяка – сочетание простых и сложных, мелких и широких движений в координации с движениями рук.</p> <p>Музыкальный размер – 2/4.</p> <p>Положения ног.</p> <p>Основными положениями являются следующие положения: I и II прямые, I, IV, V свободные и I закрытая позиции народно-сценического танца.</p> <p>Положения рук.</p> <p>В краковяке используются все позиции, подготовительное и два основных положения рук народно-сценического танца, а также различные сочетания из этих позиций. Характерное положение кисти: пальцы свободно собраны и открыты.</p> <p><b>Испанский сценический танец.</b></p> <p>Испанский сценический танец ведет своё начало от испанских народных танцев, в которых ярко выражен национальный характер. Большое влияние на манеру исполнения испанского сценического</p> |
|--|---|

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  | <p>танца оказал классический балет, придавший этому танцу строгую академическую форму.</p> <p>Для испанского танца характерно выстукивания, основанные на чередовании ударов в пол каблуками и полупальцами, исполняющиеся очень четко в самых различных ритмических рисунках.</p> <p>Женскому танцу свойственны мягкие и гибкие движения рук (port de bras), перегибание корпуса, широкие шаги, подчеркивающие движения длинной юбки. Мужской танец более резкий по характеру движений, с жёсткими позами и четкими переводами рук. Изучение испанского сценического танца начинается со второго года обучения, поскольку от учащихся требуется определенная техническая подготовленность в связи со сложностью координации движений и требованием большой эмоциональной выразительности.</p> <p><b>Положения ног.</b></p> <p>Основными положениями ног являются III, IV и V открытые, III и V свободные, I, II, IV и V прямые позиции.</p> <p><b>Положения рук.</b></p> <p>В испанском сценическом танце используются все позиции рук народно-сценического танца, кроме 5-ой и 6-ой, и подготовительное положение. Переводы рук из позиции в позицию подчиняются правилам перевода рук классического танца.</p> <p><b>Венгерский сценический танец.</b></p> <p>Венгерский сценический танец, хотя он и построен на народной основе, прошел большую стилистическую обработку по манере и технике исполнения, испытал на себе значительное влияние классического танца. Впервые венгерский танец пришел на сцену в XIX столетии. В наше время венгерский сценический танец в значительной мере освобождается от наносных, придуманных движений, обогащается элементами подлинного народного танца и широко используется в оперно-балетных спектаклях. Для венгерского сценического танца характерны эмоциональность, порывистость исполнения.</p> <p>Движения танца, исполняемые в спокойном темпе (adagio и andante), отличаются величавостью и плавностью. Движения же, исполняемые в быстром темпе (allegro), полны задора, огня и требуют большой четкости исполнения движений.</p> <p>Венгерский сценический танец изучается на протяжении всего курса.</p> <p><b>Положения ног</b></p> <p>Положения ног, встречающиеся в венгерском сценическом танце, различны. Основными являются следующие положения ног: IV и V открытые, I и II прямые, I, III, IV и V свободные и I закрытая позиция ног народно-сценического танца.</p> <p><b>Положения рук</b></p> <p>В венгерском сценическом танце используются все позиции рук народно-сценического танца, а также различные сочетания из этих позиций.</p> |
|--|--|--|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>Характерное положение кисти рук в венгерском сценическом танце – кисть открытая, пальцы свободно собраны.</p> <p>Наиболее характерное положение рук: одна рука открыта в сторону несколько выше 2-й позиции, ладонь слегка повернута вверх, другая – в 4-й позиции.</p> <p>«Ключ»</p> <p>Музыкальный размер – 2/4. Движение занимает 1 такт.</p> <p>Исходная позиция ног – I прямая. Руки – в 4-й позиции. Ноги, корпус и голова направлены к 1-й точке.</p> <p>1. Одинарный:</p> <p>Первая четверть – обе стопы с упором на подушечки скользящим движением по полу разводятся каблуками в стороны в I закрытую позицию.</p> <p>Вторая четверть – скользя каблуками по полу, стопы с ударом внутренними сторонами соединяются в I прямую позицию.</p> <p>Возможен другой вариант исполнения «ключа»:</p> <p>Затакт – разведение каблуков в I закрытую позицию.</p> <p>Первая четверть – стопы соединяются в I прямую позицию.</p> <p>Вторая четверть – пауза.</p> <p>2. Двойной:</p> <p>Первая четверть.</p> <p>Первая восьмая – обе стопы с упором на подушечки скользящим движением по полу разводятся каблуками в сторону в I закрытую позицию.</p> <p>Вторая восьмая – скользя каблуками по полу, стопы с коротким ударом внутренними сторонами соединяются в I прямую позицию и сразу же каблуками слегка разводятся в I закрытую позицию.</p> <p>Вторая четверть.</p> <p>Первая восьмая – скользя каблуками по полу, стопы с коротким ударом внутренними сторонами соединяются в I прямую позицию.</p> <p>Вторая восьмая – пауза.</p> <p>Необходимо следить за тем, чтобы при выполнении одинарного и двойного «ключей» ноги в коленях были вытянуты.</p> <p>«Заключение»</p> <p>Музыкальный размер – 4/4. Движение занимает 1 такт.</p> <p>Исходная позиция ног – I свободная. Руки – в 4-й позиции. Ноги, корпус и голова направлены к 1-й точке.</p> <p><b>Молдавская хора.</b></p> <p>Для Молдавского народного танца характерна смена ритмов и положений в паре. При исполнении Молдавской хоры танцующие объединяются в общий круг.</p> <p>В танце две части. Первая часть занимает 24 такта, музыкальный размер – 6/8. Темп медленный.</p> <p>Вторая часть занимает 32 такта. Музыкальный</p> |
|--|--|---|

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>размер – 2/4. Темп быстрый.</p> <p>Контрастность частей подчеркивается характером исполнения движения. В первой части движения исполняются плавно и сдержанно, во второй – резко и темпераментно.</p> <p>В Молдавской хоре используются характерные для этого народного танца покачивания головы и рук, исполняемые в ритме музыкального сопровождения.</p> <p><b>Русский народный танец.</b></p> <p>Развитие русского танца тесно связано со всей историей русского народа, с его бытом и обычаями. Изучение русского народного танца ставит своей целью познакомить учащихся с довольно большим объёмом танцевальных движений, с различными положениями в паре, которые можно использовать в составлении свободных композиций, даёт возможность почувствовать стиль и манеру русского танца.</p> <p>Занятия по русскому народному танцу ведутся только на середине зала. По мере усвоения учащимися основных элементов педагог составляет различные танцевальные комбинации, включающие в себя эти элементы, начиная от самых простых комбинаций и кончая более сложными.</p> <p>Основные положения рук – подготовительное положение I, II и III.</p> <p>Особое внимание при исполнении русских танцев следует обратить на движения рук, для которых характерны плавные, широкие переводы из положения на талии в открытую вторую позицию. На талии кисти могут касаться корпуса всей ладонью, их можно также собрать в кулачки. Локоть в обоих случаях необходимо подать вперед, но без отведения и подъёма плеч.</p> <p>Основные положения ног – I, II и III.</p> <p>Большинство движений в русском танце построено на шагах. Шаги исполняются чаще всего с продвижением, длина шага зависит от темпа. Медленные шаги исполняются шире, чем быстрые. Шаг должен быть естественным, не напряженным. Так как размах шага у партнера больше, чем у партнерши, то в паре для синхронного исполнения длина шага диктуется партнершей. Все шаги выполняются с продвижением вперед и назад.</p> <p>Виды шагов:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 – простой;</li> <li>2 – переменный;</li> <li>3 – переменный с притопом;</li> <li>4 – переменный с каблук (мужской);</li> <li>5 – с переступанием (женский);</li> <li>6 – скользящий.</li> </ol> <p>Для русского танца характерны каблучные положения. Это название определяет сильное зафиксированное сокращение ступни (ступня и голень образуют четкий прямой угол). Колено при этом должно быть выпрямлено. В каблучное положение нога может быть отведена на пол или на</p> |
|--|--|---|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>воздух. Отведение ноги используется в конце шага, а также в некоторых движениях, исполняемых на месте.</p> <p>Притопы – распространенное движение в русском танце. Ими обычно заканчивают какую-либо фигуру. Притопы необходимо исполнять четко, с легким ударом всей ступней по полу. В танце можно использовать одинарный, двойной или тройной притоп. Чтобы разнообразить рисунок танца, можно использовать притопы с полуприседанием и с подскоком. Притопы могут выполняться как на сильную, так и на слабую долю танца.</p> <p>Для медленных танцев характерны припадания. Шаги в этом движении исполняются сверху (предварительно нога отводится на воздух) через носок на всю ступню. Заканчивается движение четким приседанием, свободная нога сгибается в положении у щиколотки позади опорной ноги. Припадания большей частью исполняются выворотной.</p> <p>Виды припаданий:</p> <p>По III свободной позиции без подъема на полупальцы.</p> <p>По III свободной позиции с подъемом на полупальцы.</p> <p>По III свободной позиции с подъемом на полупальцы и двумя последующими ударами полупальцами.</p> <p><b>Арабский танец.</b></p> <p>В конце 4 семестра педагог предлагает для изучения арабский танец – композицию, состоящую из 36 тактов. Музыкальный размер – 2/4.</p> <p>В танце участвует 12 девушек, одна из них – солистка. В данной композиции используются следующие движения: переменный шаг, шаг по 6 позиции на высоких полупальцах, шаг по естественной позиции на низких полупальцах, припадания, balance, волнообразные движения руками. Все движения исполняются очень мягко и плавно, с большой выразительностью.</p> <p>Выпускник должен знать общие основы теории танца.</p> <p>Должен уметь быть в танце органичным, предельно музыкальным, убедительным, раскованным и эмоционально заразительным, следуя воле балетмейстера быстро переключаться из одного танцевального жанра в другой.</p> |
|--|--|

## 7. Самостоятельная работа студентов

### *Цели и задачи самостоятельной работы.*

Самостоятельная работа дисциплинирует студента, помогает систематизировать знания, полученные на аудиторных занятиях.

Задачи самостоятельной работы включают в себя:

- суммирование знаний, полученных на аудиторных занятиях;
- репетиции отдельных упражнений экзерсиса, танцевальных композиций;
- поддержание формы телесного аппарата по средствам индивидуального тренинга, исправление индивидуальных недостатков в физическом развитии;
- умение работать с ресурсами Интернета.

***Виды самостоятельной работы:***

1. Аудиторная работа (репетиции танцевальных композиций);
2. Внеаудиторная работа (изучение рекомендуемых литературных источников, работа с ресурсами Интернета, индивидуальный тренинг, выполнение отдельных упражнений экзерсиса, репетиции танцевальных композиций).

**7.1. Задания для самостоятельной работы студентов:**

| №  | Наименование разделов и тем                                      | Задания для СРС   | Основная и дополнительная литература | Форма контроля СРС  |
|----|--|---|--------------------------------------|---|
| 1  | 2  | 3   | 4                                    | 5   |
| 1. | Классический экзерсис  | Выполнить упражнения классического экзерсиса.                         |                                      | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения упражнений классического экзерсиса).   |
| 2. | Экзерсис на середине зала  | Выполнить упражнения классического экзерсиса.<br>Подготовка к зачету. |                                      | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения упражнений классического экзерсиса на середине).<br>Зачет: экзерсис на середине зала – обязательная составляющая зачета. |
| 3. | Народно-сценический экзерсис (на материале танцев народов мира). | Выполнить упражнения классического экзерсиса.<br>Подготовка к зачету. |                                      | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения упражнений народно-сценического экзерсиса).<br>Зачет: народно-сценический экзерсис – обязательная составляющая зачета.   |
| 4. | Технические сложности: мужские хлопушки, дроби                   | Выполнить упражнения технической сложности.<br>Подготовка к зачету.   |                                      | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения технических сложностей: мужские хлопушки, дроби).<br>Зачет: технические сложности:                                       |

|    |   |  |   |   |
|----|---|--|---|---|
|    |   |  |   | мужские хлопушки, дробы – составляющая зачета.  |
| 5. | Технические сложности: женские дробные вращения, дробы.   | Выполнить упражнения технической сложности. Подготовка к зачету.   |   | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения технических сложностей: женские дробные вращения, дробы).<br>Зачет: технические сложности: женские дробные вращения, дробы – составляющая зачета.  |
| 6. | Бальный танец. Вальс по третьей позиции. Венский вальс. Медленный вальс. Ча-ча-ча. Самба. Румба. Танго. | Изучить вопросы:<br>1. История появления бальных танцев;<br>2. Латиноамериканские танцы.<br>Подготовка к экзамену. | Современные бальные танцы. – М., 2010.<br>Захарова О. Русский бал XVIII – начала XX в.: танцы, костюмы, символика. Бальные танцы. – М., 1980. | Аудиторное занятие: собеседование:<br>1. Какие исторические события влияли на появление новых бальных танцев.<br>2. Как изменения в моде влияли на появление новой танцевальной культуры.<br>Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения основных движений бальных танцев).<br>Зачет: бальный танец (выбор преподавателя) – составляющая экзамена. |
| 7. | Джаз-танец, модерн-танец, степ-танец.   | Изучить вопрос: Афроамериканская танцевальная культура. Подготовка к зачету.                                       | Современные бальные танцы. – М., 2010.<br>Бальные танцы. – М., 1980.  | Аудиторное занятие: собеседование по вопросам:<br>1. Назовите известных исполнителей джаз-танца, модерн-танца, степ-танца.<br>Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения основных движений танца (выбор преподавателя)).<br>Зачет: танец (выбор преподавателя) – составляющая экзамена.   |
| 8. | Историко-бытовой танец: поклон XVI века. Менуэт. Пavana. Полонез. Полька.                               | Изучение рекомендуемых литературных источников. Выполнение фигур танца.  | Воронина И.А. Историко-бытовой танец. – М., 1980.   | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения историко-бытового танца).<br>Зачет: историко-бытовой   |

|    |   |  |  |   |
|----|---|--|--|---|
|    |   | Подготовка к зачету  |  | танец (выбор преподавателя) – обязательная составляющая зачета.   |
| 9. | Народно-сценические танцы: Краковяк, Мазурка, Молдавская хора, Испанский танец, Арагонская хота, Русский лирический, Цыганский, Венгерский, Арабский. | Изучение рекомендуемых литературных источников.<br>Выполнение фигур танца.<br>Репетиции танцевальных рисунков.<br>Подготовка к экзамену. | Степанова Л. Танцы народов СССР. М., 1971.<br>Михаил Чернышов – мастер русского хоровода. – Воронеж, 2006. | Аудиторное занятие: контрольный просмотр (уточнение деталей исполнения народно-сценического танца).<br>Зачет: народно-сценический танец (выбор преподавателя) – обязательная составляющая экзамена. |

## **8. Требования к формам и содержанию текущего, промежуточного, итогового контроля успеваемости и результатов освоения дисциплины «Танец»**

Формы текущего, промежуточного и итогового контроля:

- текущий контроль: контрольные уроки;
- промежуточный контроль: зачет с оценкой – I, II семестры;
- промежуточный контроль: зачет – IV, VI семестры;
- итоговый контроль: экзамен – VII семестр.

Контрольный урок проводится один раз в семестре по теме изучаемого раздела.

Форма промежуточного контроля знаний студентов – зачет. Он включает в себя экзерсис у станка, экзерсис на середине и танцевальные композиции разной степени сложности, согласно календарно-тематическому плану.

Зачет выставляется с учетом посещаемости занятий в течение семестра и качеством выполнения упражнений и танцевальных рисунков.

Форма итогового контроля знаний студентов – экзамен. Он включает в себя экзерсис у станка, экзерсис на середине и танцевальные композиции разной степени сложности, согласно календарно-тематическому плану.

Экзамен выставляется с учетом посещаемости занятий в течение семестра и качеством выполнения упражнений и танцевальных рисунков.

## **9. Рекомендации по адаптации рабочей программы учебной дисциплины для обучающихся с инвалидностью и с ОВЗ**

Учебный процесс по дисциплине может осуществляться в соответствии с индивидуальным учебным планом с учетом психофизического развития, индивидуальных возможностей, состояния здоровья обучающихся. В этом случае происходит корректировка соотношения аудиторных и внеаудиторных часов, выделенных на освоение учебной дисциплины, с сохранением ее общей трудоемкости.

По письменному заявлению обучающегося возможно предоставление ассистента (сурдопереводчика, тифлопереводчика) для сопровождения процесса освоения дисциплины.

По просьбе обучающегося с ОВЗ для него разрабатываются адаптированные оценочные средства, позволяющие оценить запланированные результаты обучения и уровень сформированности компетенций, а также определяется подходящий для студента регламент и форма проведения аттестации по дисциплине.

Индивидуальные условия обучения и аттестации по дисциплине обозначаются в личном заявлении обучающегося, переданном в деканат в течение месяца после начала занятий по данной дисциплине, рассматриваются и утверждаются на заседании кафедры.

## **10. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Танец»**

*Основная литература:*

1. Цорн А.Я. «Грамматика танцевального искусства и хореографии»
2. С. Шевлюга, О. Горяинова. Самоучитель испанских и цыганских танцев «Фламенко»
3. Майоров А.В./Осина Ю.А. «Аргентинское танго».

*Дополнительная литература:*

1. А.Я.Ваганова «Основы классического танца»
2. М.М. Фокин «Против течения»
3. Т.С. Ткаченко «Народный танец»
4. Ю.А. Бахрушин «История русского балета»
5. Л.Н. Богаткова «Танцы разных народов»
6. Дхозеф С. Хавилер «Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки»
7. Под редакцией Ф.Ф. Комиссаржевской «Энциклопедия сценического самообразования»
8. Р. Захаров «Сочинение танца. Страницы педагогического опыта»
9. И. Рубберг «Пантомима. Движение и образ»
10. Н.Н. Серебренников «Поддержка в дуэтном танце»  
<https://vk.com/market-58514926>  
[www.horeograf.com/knigi](http://www.horeograf.com/knigi)

## **11. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

1. Сценическое искусство (частный сайт об искусстве балета):  
<http://balet-v-teatre.ru>

2. Сайт школы – студии А.Духовой «Тодес»:

<http://todes.ru>

3. Сайт «Балет Игоря Моисеева»:

<http://www.moiseyev.ru>

4. Сайт танцевального коллектива «Киев модерн – балет»:

<http://www.kmbtheatre.com>

## 12. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 12.1. Паспорт фонда оценочных средств

| № п/п | Контролируемые разделы (темы) дисциплины                         | Код контролируемой компетенции (или ее части) | Наименование оценочного средства  |
|-------|--|---|---|
| 1.    | Классический экзерсис.   | ПКО-5   | Зачет, показать знания специальной терминологии и движений в исполнении классического экзерсиса       |
| 2.    | Экзерсис на середине зала  | ПКО-5   | Зачет, показать знания специальной терминологии и лексику понятийно-терминологического аппарата       |
| 3.    | Народно-сценический экзерсис (на материале танцев народов мира). | ПКО-5   | Зачет, показать знания специальной терминологии и движений  |
| 4.    | Технические сложности: мужские хлопущки, дробы.                  | ПКО-5   | Открытый урок: показать основные комбинации и умение четко держать ритмический рисунок при исполнении |
| 5.    | Технические сложности: женские дробные вращения, дробы.          | ПКО-5   | Открытый урок: показать правильную технику вращений и исполнении дробей                               |

|     |  |       |   |
|-----|--|-------|---|
| 6.  | Бальный танец. Вальс по третьей позиции. Венский вальс. Медленный вальс. Ча-ча-ча. Самба. Румба. Танго.  | ПКО-5 | Зачет, показать особенности постановки корпуса и рук. Основные шаги   |
| 7.  | Джаз-танец, модерн-танец, степ-танец.  | ПКО-5 | Зачет, показать знания терминологии и основных движений   |
| .   | Историко-бытовой танец: поклон XVI века. Менуэт. Пavana. Полонез. Полька.  | ПКО-5 | Зачет, показать навыки исполнения танца данных эпох и создание художественных образов   |
| 9.  | Народно-сценические танцы: Краковяк, Мазурка, Молдавская хора, Испанский танец, Арагонская хота, Русский лирический, Цыганский, Венгерский, Дагестанский, Арабский, Венесуэльский. | ПКО-5 | Зачет, умение показать стилевые и жанровые особенности хореографических композиций, правильное техническое исполнение движений  |
| 10. | Экзамен  | ПКО-5 | Экзамен. Показать правильное выполнение экзерсисов более сложных по форме и содержанию. Умение передать стилевые и жанровые особенности хореографических композиций. Самостоятельные работы |

## 12.2. Формы, уровни и критерии оценивания результатов обучения по дисциплине «Танец»

| Форма оценивания     | Уровни оценивания*                              | Критерии оценивания  |
|----------------------|---|--|
| Практические занятия | Не аттестован<br><b>(«неудовлетворительно»)</b> | Комплекс недостатков технического, музыкального, методического плана, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой, схематическое методически неграмотное выполнение движений и комбинаций |
|                      | Низкий<br><b>(«удовлетворительно»)</b>          | Неуверенное исполнение с большим количеством недочётов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала                      |

|  |                               |  |
|--|-------------------------------|--|
|  | Средний<br><b>(«хорошо»)</b>  | Уверенное, в основном грамотное, выразительное, техническое, музыкальное исполнение с двумя-тремя недочётами в сложных движениях, как в художественном, так и техническом плане  |
|  | Высокий<br><b>(«отлично»)</b> | Уверенное, методически и технически правильное исполнение учебно-танцевальных комбинаций, музыкально-грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения |