

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская музыкальная школа с. Холмогорское»
/МБУДО «ДМШ с. Холмогорское»/

ОДОБРЕНО
Педагогическим советом
Протокол № 4
от «31» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
И. о. директора МБУДО «ДМШ с.
Холмогорское»
Д. А. Клюк
«31» августа 2020 г.



Дополнительная образовательная программа
в области музыкального искусства «Музыкальный фольклор»
по предмету

«Народно-бытовой танец»

для учащихся 7 - 13 лет
срок реализации 5 (6) лет обучения

Составитель:
Преподаватель
отделения музыкального фольклора
Юнгман Н. М.

с. Холмогорское
2020 – 2021 учебный год

Пояснительная записка

Предмет «Народно - бытовой танец» на отделении музыкального фольклора важен для развития у детей пластики, чувства ритма, координации движений, способности к импровизации, умение сочетать движение с пением, учит сценической раскрепощенности. Данный предмет органично связан с такими дисциплинами, как хор (ансамблевое пение), народное творчество. Все эти предметы направлены на применение их в народных праздниках, проводимых в рамках обучения.

Задачи предмета:

- изучение русского народного танца, его традиций, разнообразия жанров, видов;
- освоение основных элементов русского народного танца, язык танца (лексика), особенности исполнения в различных областях.

Урок проходит 1 раз в неделю продолжительностью в 40 минут.

Схема урока по хореографии:

15 минут

Поклон.

Растяжка и разогрев мышц.

Основные шаги и движения народной хореографии.

20 минут

Разучивание элементов танца (хоровод, пляска и т.п.)

Повторение, закрепление разученных элементов танца, а на итоговых занятиях – всего танца.

5 минут

Игровая «минутка».

Общий поклон (у девочек – поясной, у мальчиков – земной).

Младшая группа (1 – 2 классы)

Цели и задачи:

Освоение начальных навыков народной хореографии:

- основные положения рук, ног в танце;
- ритмические навыки, чувство сильной доли;
- разучивание простейших народных танцев.

1 четверть (9 часов)

1. Освоение упражнений для растяжки и разогрева мышц, работа над осанкой.
2. Основные положения ног:

- свободное, прямое.

Основное положение:

- подготовительное – руки вдоль тела
- первое - руки согнуты в локтях перед грудью;
- третье – руки разведены в стороны
- четвертое – руки «колокольчиком»

3. Освоение основных шагов русского тан

- шаг «с каблучком»;
- шаг с приставкой медленный (на каждую четверть).

4. Упражнения на ощущение сильной доли; хлопки и притопы.

5. Знакомство с элементами пляски и песни «А и где же это видано» (4 простых шага и тройной притоп).

Итоговое занятие.

2 четверть (7 часов)

Дальнейшее освоение и закрепление простейших хореографических навыков.

Растяжка и разогрев мышц.

1. Освоение основных шагов русского танца:

- шаг «с каблучка»;
- шаг с приставкой медленный;
- шаг с приставкой быстрый;
- простой шаг с акцентом.

3. Упражнения на ощущение сильной доли, хлопки, притопы.

4. Разучивание элементов танца к песне типа «А и где же это видано» в виде простейшей кадрили (используя выученные движения 4 шага + тройной притоп):

- движение «дощечка» (типа стенка на стенку);
- движение «кресты»;
- движение «полочка»
- движение «дощечка».

После каждого движения – кружение парами.

Танец рассчитан на 8 человек (4 пары) или 12 человек (6 пар).

Освоение шага «шаркунок».

Итоговое занятие.

3 четверть (10 часов)

Растяжка и разогрев мышц.

1. Закрепление и освоение основных шагов русского танца:

- шаг «с каблучка»;
- шаг с приставкой медленный;
- шаг с приставкой быстрый;
- простой шаг с акцентом;
- шаг «шаркунок»;

- шаг с притопом.

3. Повторение и закрепление танца к песне типа «А и где же это видано».

4. Игра – пляска «Уголки» - на закрепление ритмических навыков, на ощущение сильной доли, конца музыкального предложения, на закрепление движения «шаркунок».

4 четверть (9 часов)

1. Растяжка и разогрев мышц, работа над осанкой.

2. Закрепление и освоение основных шагов русского танца:

- шаг «с каблучка»;
- шаг с приставкой медленный;
- шаг с приставкой быстрый;
- простой шаг с акцентом;
- шаг «шаркунок»;
- шаг с прокальзывающим притопом;
- простой хороводный шаг.

3. Хороводы орнаментальные.

Фигуры орнаментальных хорово

- «круг»;
- «змейка»;
- «улитка»;
- «плетень»

4. Игровой хоровод:

- «Зайка, погуляй»;
- «Со вьюном я хожу».

Итоговое занятие.

Средняя группа (3 – 4 класс)

Цели занятий группы: закрепление навыков, полученные в 1 – 2 классах, изучение и освоение более сложных элементов русского народного танца, различных жанров русской народной хореографии.

1 четверть (9 часов)

Растяжка, разогрев мышц, работа над осанкой.

Закрепление и освоение основных шагов русского танца:

- шаги, разученные в младшей группе;
- шаг с акцентом на первую долю;
- шаг с акцентом на вторую долю;
- акцентированный шаг – галопчик – соскок на левую ногу, удар правой «хромающий шаг»;
- «ковырялочка».

3. Хоровод «При долинице калиница растёт»: («круг», «улитка», «змейка»).

4. Разучивание элементов пляски:

- движения линиями («шаркунок», в конце фразы – притоп).

5. Круговая парная кадриль.

Итоговое занятие.

2 четверть (7 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Закрепление и освоение основных шагов и движений русского танца:

- «галопчик» (хромающий);

- акцентированные шаги;

- переменный шаг;

- «ковырялочка».

3. Изучение фигур Северного орнаментального хоровода:

- «два круга рядом»;

- «восьмёрка»;

- «корзиночка»;

- «воротики», «колонка», «руччйк».

4. Пляска ряженных к песне «Го –го – го коза» - на развитие навыков импровизации (с использованием разученных движений).

Итоговое занятие.

3 четверть (10 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Закрепление и освоение основных шагов и движений русского танца:

- «галопчик» (хромающий);

- акцентированные шаги;

- переменные шаги;

- «ковырялочка»;

- «гармошечка»;

- «ёлочка».

3. «Пересек» - используется простейший ритмический рисунок.

4. Хороводы к песням «А мы масленцу дожидали», «Рукавички барановые» с использованием фигур:

- «круг в круге»;

- «спираль»;

- «змейка»;

- «стенка на стенку»;

- «воротики».

5. Линейная кадриль.

6. Круговая парная переходящая кадриль.

Итоговое занятие.

4 четверть (7 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Освоение и закрепление основных шагов и движений русского танца:

- «шаг – бег»;
- бег с поочерёдным отбрасыванием ног от колена назад;
- бег с поочерёдным поднятием согнутых ног впереди корпуса.

3. Хороводные и плясовые движения южно – русских карагодов и тапков:

Девичьи:

- движение мелким шагом («семенящим»);
- переменный шаг (мягкая лёгкая поступь с поворотами корпуса вокруг себя); три притопа ногой впереди корпуса.

Движения рукой:

- круговые движения руками впереди корпуса;
- руки широко расставлены в стороны (поворот вокруг себя простым мелким шагом).

Мужские:

- простой мелкий шаг (в ритме восьмых длительностей);
- движение переменным шагом (мягко, на полупальцах);
- полуприсядка.

Положения рук:

- одна рука на затылке, другая – тыльной стороной кисти на пояснице (со сменой положений).

4. Игра – пляска «Я не в три косы косила».

5. Простые хороводы «Завивайся, капуста» (с использованием разученных ранее фигур).

Итоговое занятие.

Старшая группа (5 класс)

Цель занятий группы: закрепление ранее полученных навыков, продолжение изучения более сложных элементов народной хореографии. Изучение танцев Сибири, Красноярского края.

1 четверть (9 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Основные шаги и движения народного танца:

- «молоточки»;
- «верёвочки»;
- «моталочка».

3. Плясовые: «Берёза, берёза», «Ой, верба ты верба» (с использованием фигур групповых плясок «карусель», «звёздочка», «ручеек»).

Итоговое занятие.

2 четверть (7 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Основные шаги и движения народного танца:

- дробная дорожка, мелкая непрерывная дробь с одинарным ударом каблука (на месте с продвижением);
- дробь с одинарной подбивкой;
- дробь с двойной подбивкой.

4. «Шестёра».

Итоговое занятие.

3 четверть (10 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Основные шаги и движения народного танца:

Девичьи:

- дробь с подскоком – подскоком на одной ноге с последующим двойным ударом каблуком и всей стопой ноги (на месте и с продвижением вперёд);
- дробь «в три ножки» - небольшой шаг вперёд с ребра каблука на всю стопу с последующим ударом всей стопой ноги по первому прямому положению в полуприседании.

Мужские:

- полная присядка;
- дробь – «хромого» - удар каблуком одной ноги в открытом положении, в полуприседании с последующим перескоком на неё на полупальцы и ударами каблуком и полупальцами другой ноги.

3. Сбор ранее разученных танцевальных движений в пляску «Мотаня»:

- «молоточки»;
- «моталочка с притопом»;
- дробь с подскоком;
- дробь «в три ножки»;
- дробь с одинарной подбивкой;
- дробь с двойной подбивкой;
- дробная дорожка.

Итоговое занятие.

4 четверть (9 часов)

Растяжка, разогрев мышц.

Основные шаги и движения народного танца (повторение)

Девичьи:

- дробный ключ (простой и сложный).

Мужские:

- хлопушечный ключ.

3. Кадриль «Восьмёра»

4. Пляска «Мотаня».

Итоговое занятие.

Список используемой литературы:

1.«Народное творчество» - танцевальное творчество русского поселения Енисейского, Мотыгинского, Богучанского районов Красноярского края. Красноярск, 1991.

2. Русский народный танец. Вып. 1 («Север России»): Учебное пособие/ Под ред. А. Климова. – М., 1996.

3. Русский танец в народном хоре. – Красноярск, 1993.

Черкасова И. Основы народного танца. – Красноярск: КГЦНТ.

4.Веретенников И. - «Южнорусские карагоды», Белгород, 1993.

5.«Русский народный танец», вып.1 («Север России») – учебное пособие под ред. А.Климова, Москва, 1996.

6.«Как на нашей стороне» (русские народные танцы для детей) – Т. Гвоздева, Москва, 2000.

7.А. В. Палилей. «Русский танец в Сибири». Красноярск, 2003.