

Учебный материал по предмету народный танец

Народно сценический танец является одним из основных предметов специального цикла хореографических дисциплин. Обучение которому совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата (развивая те мышцы групп, которые мало участвуют в процессе классического тренажа), а также даёт возможность овладеть учащимся разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов. Формирует качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только классическому танцу. Важной задачей всего курса обучения является воспитание эмоциональной выразительности исполнения, умения точно передавать национальный стиль и манеру народного танца. Учебный материал по народно-сценическому танцу определяет основной подход к предмету и адаптацию к условиям физических данных учащихся. Педагог может увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности материала (включая темп и длительность комбинаций).

Уроки народно-сценического танца строятся на основе следующих принципов:

- от простого к сложному
- мышечная нагрузка должна быть постепенной и планомерной

- чередование ритмов и темпов комбинаций

Предлагаемый материал должен соответствовать не только техническим возможностям учащихся , но и учитывать их возрастные особенности при изучении каждого из разделов необходимо знакомить детей с национальными особенностями и колоритом народного танца .

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В первый год обучения входит:

- Знакомство с основными позициями и положениями рук , головы и корпуса. Позиции ног - 1.2. 3. 4.5.6. 2 - параллельная.
- 4 - параллельная.
- Позиции и положения рук,. исходное положение,. положение рук на талии. позиции- 1.2.3.
- Элементы русского народного танца .

Русский танец удивительно богат своими красками, большим разнообразием движений и композиционным построением .

Основные положения рук русского танца:

- Элементы танца - поклон,
- основной хороводный шаг.
- шаг с выносом ноги вперед.
- шаг с с выносом ноги вперед с работой рук.
- шаг с остановкой ноги сзади,
- шаг с каблука. -
- простой притоп,
- тройной притоп.

- ковырялка, ковырялка с притопом,
- молоточки.
- шаги с молоточком.

Данные движения могут сочетаться в различных вариантах - по мере усвоения материала и увеличивать темп исполнения.

УПРАЖНЕНИЯ У СТАНКА (ТРЕНАЖ)

1. 1. Приседание маленькое и большое по 1.2.6. позициям
2. 2. Носок- каблук.
3. 3. Каблучное
4. 4. Маленькие броски
5. 5. Флик-фляк
6. 6. Подготовка к веревочке
7. 7. Поднимание ног крестом. на 90*

Упражнения на середине:

1. Приседание.
2. Подготовка к вращению (умение находить точку и держать равновесие).
3. Вращение по 6 поз.

На основе изученных движений русского танца составляются танцевальные комбинации и этюды, с использованием различных рисунков--линии-круги--плетение-воротца- шенн.

БЕЛОРУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ:

1. Положения рук в сольном танце и в парном танце.
2. Положение корпуса, головы.

3. Шаг на подскоке с выносом ноги вперед на каблук

ЭЛЕМЕНТЫ ТАНЦА "ЛЯВОНИХА"

1. основной ход
2. -основной ход с переступанием -
3. основной ход с разворотами.

Данные движения в различных сочетаниях выстраивают в комбинации. С ускорением темпа.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Второй год обучения (3 класс)

Упражнения у станка (тренаж):

- 1.Приседание по 5 позиции
- 2.Носок-каблук с приседанием.
- 3.Круг ногой по полу
4. Веребочка
5. Флик - фляк с с переступание
5. Дробные выстукивания
6. Большие броски.

УПРАЖНЕНИЯ НА СЕРЕДИНЕ

1. Дробные выстукивания - дробь из-за такта,
2. Дробный ключ.---- тройное переступание с двумя ударами.
- 3.Вращения по 6 поз.

4. Бег в повороте на месте.
5. Бег в повороте с выносом ноги на каблук .

Элементы русского танца:

1. -моталка с выносом рук во 2 позицию.
2. - припадание в сторону с работой рук
- 3.- припадание в повороте -
4. ковырялка в повороте - с добавлением работы рук
- 5.- веревочка - двойная веревочка -
6. -веревочка с выносом ноги на каблук -
7. -веревочка в повороте и с работой рук.

По мере усвоения материала темп и длительность исполнения увеличивается. Весь проученный материал объединяется в композицию с использованием различных рисунков.

ТАТАРСКИЙ НРОДНЫЙ ТАНЕЦ

1. Положения рук., корпуса, головы
- 2.. Основной ход татарского танца -переменный ход
3. "Укчебаш" - с пятки на носок
4. "Укчебаш" в повороте на 360*
5. "Бурма" - перескок на каблук работающей ноги
6. "Кадак кагу" - молточки на прыжке
7. "Штопор" - винт на пятке опорной ноги

Данные движения после проучивания объединяются в танцевальный этюд.

Литература

1. Надеждина Н. Русские танцы - М.М. Госкультпросвет., 1991 г.
2. Ткаченко Т. Народный танец - М. Искусство, 1985 г.
3. Устинова Т. -М. Культпросветиздат, 1991 г.
4. Чурко Ю. Белорусский народный танец-Наука и техника, 1982 г.
5. Климов А. Основы русского народного танца Б. Из=во Московского интситута культуры , 1999 г.
6. Пуртова Т. Беликова А. Учите детей танцевать М., Владос. 2004 г