

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования Центр детского творчества «Паллада»
г. Советская Гавань.

Принята на заседании педагогического
совета
от «21» марта 2022 г.
Протокол № 3



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа профильного отряда

«Народный татарский танец»

Направленность: художественная
Уровень программы: базовый
Возраст учащихся: 8 - 10 лет
Срок реализации: 1 месяц (24 часа)

Автор - составитель: Фурлетова Элеонора Сергеевна,
педагог дополнительного образования,
высшая квалификационная категория.

2022 год

1

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования Центр детского творчества «Паллада»
г. Советская Гавань.

Принята на заседании педагогического
совета
от «21» марта 2022 г.
Протокол № 3

«Утверждаю»
Директор МБОУ ЦДТ «Паллада»
_____ Толпышева С.Н.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа профильного отряда

«Народный татарский танец»

Направленность: художественная
Уровень программы: базовый
Возраст учащихся: 8 - 10 лет
Срок реализации: 1 месяц (24 часа)

Автор - составитель: Фурлетова Элеонора Сергеевна,
педагог дополнительного образования,
высшая квалификационная категория.

2022 год

Пояснительная записка

Нормативно-правовое обоснование программы:

Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и социальной защиты РФ от 8.09.2015 № 613н)

Постановление Правительства Российской Федерации от 23.05.2015 № 497 «О Федеральной целевой программе развития образования на 2016-2020 годы»

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

Концепция духовно-нравственного развития личности гражданина России.

Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Пояснительная записка

Народные танцы Татарстана имеют большую многовековую историю. Возникнув в далекой древности, они приобрели потрясающие своей красотой и грацией движения. Элементы татарских танцев поражают изысканностью и утонченностью с одновременной решительностью и богатством разнообразных элементов.

Татарские танцы подчеркивают гордость и смелость жителей Татарстана, их деятельность - причем, как трудовую, так и военную. Однако, в большинстве своем, танцам в Татарстане характерны светлые и добрые замыслы. Это связано с тем, что танец создавался, прежде всего, для разнообразных празднований, например, для свадеб, для приезда гостей, даже для покупки нового коня или постройки жилища. Многие танцы Татарстана являются небольшими театральными зарисовками значимых

исторических событий, которых было очень немало в истории народа Татарстана. Есть танцы, посвященные народным героям, победам, трагической любви, смерти друзей и очень многие другие.

Обязательным атрибутом народных татарских танцев являются соответствующие костюмы. Причем, для каждого танца подбирается свой костюм. Праздничным танцам характерны яркие, красочные, насыщенные тона. Это создает атмосферу радости и веселья.

Всестороннее изучение национального татарского танца важно, как с хореографической точки зрения, так и в качестве историко-этнографического источника для определения социальных отношений между людьми, эстетического уровня создателей и исполнителей танцев. Костюмы и музыкальные инструменты также являются источником при изучении материальной и духовной культуры.

Направленность: Художественная

Направление: Хореография

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству народов России, и приобщению детей к общечеловеческим ценностям. **В рамках Года народного искусства и нематериального культурного наследия данная программа является актуальной.** Программа приспособливает детей к музыкально-танцевальным навыкам, по средствам овладения и освоения элементов народного татарского танца, обучение пониманию образного языка танца в сочетании с музыкой, с учетом культурно-исторического своеобразия традиционной культуры Татарстана.

Педагогическая целесообразность программы объясняется принципом взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает возможность детям участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбие, пробуждение творческой инициативы, уважительного отношения к культурному наследию Татарстана.

Новизна: Данная программа содержит в себе необходимые материалы по татарскому народному танцу, включая, экзерсис у станка и на середине зала. По структуре программа является ступенчатой (спиральной), в которой учебный материал представлен так, чтобы каждая ступень была основана на пройденном материале.

Адресат программы: Программа «Народный татарский танец» составлена для учащихся 8-10 лет. В группу профильного отряда принимаются дети по медицинским показаниям (справка о состоянии здоровья).

Объем и сроки усвоения программы, режим занятий:

Реализация	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятий	Количество часов в неделю	Количество часов в месяц
1 месяц	3	2	6	24

Продолжительность занятия в объединении установлена в соответствии с САНПиН 2.4.4.3172 и локальным нормативным актом МБОУ ЦДТ «Паллада» о порядке организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. При составлении расписания учитывается время продолжительностью 10 мин на проветривание помещения, влажную уборку. Также учитывается время на отдых. В занятие включаются небольшие хороводные этюды, а также игру на актерское мастерство.

Формы организации занятий:

- Мастер классы
- Открытые уроки
- Концерты, показательные выступления
- Праздники для детей и родителей

Цель программы: ознакомление учащихся с особенностями исполнения татарского народного танца

Задачи программы:

- Обучить детей основам народного татарского танца, сформировать знания, умения и навыки выполнения танцевальных упражнений на основе освоения программного материала.
- Развить танцевальные данные и координацию движений; музыкальный слух и чувство ритма, творческое воображение, художественное мышление на основе знакомства с танцевальной культурой Татарстана.
- Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца; чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению; морально – волевые качества, пробудить творческую инициативу, уважительное отношение к культурному наследию.

Программа включает в себя уроки:

- История развития татарского народного танца;
- Основы татарского народного танца;
- Элементы татарского народного танца;
- Танцевальные комбинации. Этюды.

Метод обучения представляет собой организацию совместной деятельности педагога и учащихся, направленной на решение образовательных задач:

- **Объяснительно-иллюстрированный метод** или метод показа;
- **Репродуктивный метод**;
- **Метод проблемного обучения** (создание проблемных ситуаций заключается в представлении материала занятия в виде доступной, образной и яркой проблемы);
- **Словесный метод** (обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения);
- **Музыкальное сопровождение как методический прием**;
- **Метод импровизации**;
- **Игровой метод**;
- **Наглядный метод** (непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку; опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретного ребенка);
- **Метод рефлексии**;
- **Метод создания ситуации успеха** (является одним из основных методов эмоционального стимулирования и представляет собой специально созданные педагогом цепочки таких ситуаций, в которых ребенок добивается хороших результатов, что ведет к возникновению у него чувства уверенности в своих силах и «легкости» процесса обучения);
- **Метод создания креативного поля** (или метод решения задач дивергентного характера) выступает ключевым методом для обеспечения творческой атмосферы в коллективе. Работа в «креативном поле» создает возможность поиска различных способов решения задач, поиска новых художественных средств воплощения сценического образа;
- **Видео метод** (просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии);
- **Концентрический метод** – заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми движений танцевальных композиций вновь возвращается к пройденному материалу, но уже предлагает все более сложные упражнения и задания.

Учебный план 1 месяца (июль)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	История развития татарского народного	6	2	4	Контрольный урок

	танца				
2.	Основы татарского народного танца	6	2	4	Мастер-класс, открытый урок
3.	Элементы татарского народного танца	6	2	4	Демонстрация знаний и умений старшей группе
4.	Танцевальные комбинации, этюды	6	2	4	Показ танцевальных комбинаций на сценической площадке
Итого:		24	8	16	

Содержание программы

Раздел 1. История развития татарского народного танца – 6 ч.

Практика (4 ч.)

Теория (2 ч.)

- Краткая характеристика эпохи;
- История культуры татарского народного танца;
- Особенности обрядовой и праздничной культуры;
- Стилиевые особенности и манера исполнения татарского народного танца;
- Костюм.

Раздел 2. Основы татарского народного танца – 6 ч.

Практика (4 ч.)

Теория (2 ч.)

Упражнения на середине зала

1.Переменный шаг с прыжком.

Музыкальный размер - 2/4. Исполняется на 2 такт.

Исходная 6 позиция.

Затакт – слегка сесть на обеих ногах.

На «раз» - сделать небольшой прыжок вперед на правую ногу, перенося на нее тяжесть корпуса, левой ногой, согнутую в колене, немного приподнять от пола; «и» - переступить на полупальцы левой ноги, поставив ее сзади правой ноги; «два» - сделать небольшой шаг правой ногой, вперед; «и» - левой ногой, вывести вперед, немного приподняв от пола. Движение

продолжается с левой ноги. корпус слегка наклонен вперед. Движение выполняется как стремительный бег. Девушка может исполнять его вместе с юношей.

2. Первый дробный шаг.

Музыкальный размер - 2/4. Исполняется на 1 такт.

Исходная 6 позиция.

На счет «раз» - сделать шаг правой ногой вперед на низкие полупальцы; «и» - ударить каблуком левой ноги рядом с правой ногой, приподняв носок вверх; «два» - сделать шаг левую ногу на низкие полу – пальцы; «и» - ударить каблуком правой ногой рядом с левой ногой, приподняв носок вверх. Исполнять вместе с юношей.

3. Припадание.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

Исходная 6 позиция.

Затакт - вывести правую ногу вправо, слегка приподняв ее от пола.

На «раз» - опуститься на правую ногу (с носка на пятку), левую, согнутую в колене, повести к щиколотке правой сзади; «и» - переступить на полупальцы левой ноги, правую ногу вывести вправо, выпрямляя колени и отделив носок от пола; «два - и» - повторить движение, исполнявшееся на счет «раз - и».

Движение может исполняться в повороте.

4. Подскоки с переступанием (двойной бишек).

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 2 такта.

Исходная 6 позиция.

1-й такт: на счет «раз» - сделать легкий подскок на полу - пальцах левой ноги. Одновременно правую ногу отделить от пола «и» - переступить на полупальцы правой ноги накрест, впереди левой, левую ногу отделить от пола, «два» - переступить на полупальцы левой ноги; «и» - пауза.

2-й такт: на счет «раз» сделать легкий подскок на полупальцах левой ноги; правую ногу отделить от пола и вывести вправо; «и» - переступить на полу пальцы правой ноги; «два» - переступить на полупальцы левой ноги; «и» - пауза.

Движение исполняется на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону и в повороте.

5. Основной ход.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - с прыжка правая нога ставится на каблук; «и» -

прыгнуть на правую ногу, левую сзади согнуть в колене; «два» - подскочит на правой ноге, левую ногу подставит на каблук; «и» - перескочить на левую ногу, правую, согнутую в колене, поднять сзади левой ноги.

6. Татарский ход.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

Исходное положение - Ноги в шестой позиции, но правая нога ставится впереди левой ноги в одну прямую линию.

На счет «раз» - носок правой ноги отвести влево, пятку левой – тоже влево; «и» - носок правой ноги отвести вправо: пятку левой ноги тоже вправо, т.е. пятую позицию; «два» - пятку правой ноги отвести влево, левую ногу вывести вперед так, чтобы пятка левой ноги касалась носка правой, носок левой ноги направлен вправо; «и» - поставить ноги в пятую позицию, левая нога впереди правой.

7. Бурма.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - шаг на левую ногу; «и» - правую ногу поставить на каблук

впереди левой; «два» - удар левой ноги; «и» - пауза.

8. Ковырялочка.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 2 такт.

1-й такт: на счет «раз – и» - подскочить на левой ноге, одновременно правую ногу поставить вправо на носок, пяткой вверх; «два – и» - подскочить на левой ноге, одновременно правую ногу поставить вправо на каблук.

2-й такт: на счет «раз – и» - подскочить на левой ноге, правую ногу, согнутую в колене, поднять сзади левой; «два – и» - подскочить на левой ноге, правую ногу вывести вперед, вытянув в колене и в подъеме.

9. Бег вперед.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» сделать соскок на правую ногу, левую согнуть в колене и поднять сзади правой; «и» - подскочить на правой ноге, левую ногу вытянуть в колене и вывести вперед; «два» - сделать соскок на левую ногу, правую согнуть в колене и поднять сзади левой; «и» - подскочить на левой ноге, правую ногу вытянуть в колене и вывести вперед.

10. Ход в сторону.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - поставить правую ногу на каблук впереди левой, вес тела перенести на правую ногу; «и» - переступить на левую ногу, обе руки параллельно поднять вперед, согнув в локтях, ладонями вниз; «два» - переступить на носок правой ноги, корпус перенести на правую ногу; «и» - переступить на левую ногу, обе руки опустить, а подготовительную позицию.

11. Ход с каблука.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - сделать шаг вперед правой ногой на каблук, носок поднять вверх; «и» - носком левой ноги «придавить» носок правой к полу; «два» - шаг вперед левой ногой на каблук, носок поднять вверх; «и» - носком правой ноги «придавить» носком левой к полу.

Дроби.

Дробь в татарском танце исполняется не сильно, девушки исполняют ее особенно нежно и мягко. В татарском танце это одно из основных движений. Исполнитель может начинать танцевальную комбинацию с дроби и заканчивать ее дробью.

12. Дробь.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

Затакт – правую ногу приподнять от пола.

1-й такт: на счет «раз» поставить правую ногу на пол, ударив всей ступней, левую ногу немного приподнять от пола; «и» - поставить левую ногу на пол, ударив всей ступней, правую отделить от пола; «два» - поставить правую ногу, ударив всей ступней; «и» - пауза.

13. Первый дробный ход.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

1-й такт: на счет «раз» сделать небольшой шаг вперед правой ногой, слегка согнув ее в колене, ударяя об пол сначала каблуком, затем носком; «и» - повторить исполненное на «раз» с левой ноги; «два – и» - повторить исполненное на «раз - и».

14. Второй дробный ход.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

Затакт – сделать небольшой подскок на левой ноге.

На счет «раз – и» - сделать два притопа правой ногой в шестой позиции, приставит левую ногу к правой ноге; «два – и» - повторить исполненное на «раз – и».

15. Третий дробный ход.

Музыкальный размер - 2/4.

Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» подскочить на левой ноге, одновременно приподнять правую ногу, повернув колено внутрь, и опустить ее на полупальцы возле левой ноги; «и» - опустить пятку правой ноги, носок приподнять, одновременно развернуть его вправо, опуститься на всю ступню; «два» - с акцентом притопнуть левой ногой, поставить ее рядом с правой ногой; «и» - пауза.

Упражнения у станка

- Подготовка к началу движения (preparation);
- Переводы ног из позиции в позицию:
 - а) скольжением стопой по полу,
 - б) броском работающей ноги на 350 ,
 - в) поворотом стопы;
- Приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям:
 - а) полуприседания (demi-plie),
 - б) полное приседание (grand plie);
- Выведение ноги на носок, каблук, носок (battement tendu) из 1-й и 3-й открытых позиций вперед, назад и в сторону:
 - а) с полуприседанием в исходной позиции,
 - б) и в момент перевода работающей ноги на каблук;
- Маленькие броски (battement tendu jete) вперед, в сторону и назад из 3-й открытой позиции:
 - а) с одним ударом стопой по 3-й позиции,
 - б) с полуприседанием на опорной ноге в момент броска;
- Подготовка к "веревочке", скольжение работающей ноги по опорной:
 - а) в открытом положении на всей стопе,
 - б) в открытом положении с проскальзыванием по полу на опорной ноге;
- Опускание на колено на расстоянии стопы от опорной ноги:
 - а) из 1-й прямой позиции,
 - б) с шага;
- Растяжка из 1-й прямой позиции в полуприседании и полное приседание на опорной ноге, стоя лицом к станку;
- Приседания резкие и плавные по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям и 1-й и 2-й прямым позициям, полуприседания и полные приседания (demi-plie, grand plie);
- Скольжение стопой по полу (battement tendu) с одновременным опусканием с полу пальцев на всю стопу опорной ноги;
- Маленькие броски (battements tendu jete):
 - а) с одновременным ударом каблуком опорной ноги, вперед, в сторону и назад,
 - б) сквозные шаги по 1-й открытой позиции (balancoir);
- Подготовка к "веревочке" с поворотом колена работающей ноги в закрытое положение и обратно;
- Подготовка к "чечетке" (flic-flac) в открытом положении вперед, в

сторону, назад;

- Опускание на колено у носка или каблука опорной ноги:

а) на ногу, открытую на носок в сторону или назад,

б) с шага,

в) с прыжка;

- Плавные повороты на обеих ногах по 3-й открытой позиции в полу приседании и на вытянутых ногах (*soutenu en tournant*);

- Подготовка к "качалке" и "качалка";

- Большие броски (*grand battement*) с падением на работающую ногу по 3-й открытой позиции вперед, в сторону и назад;

- Наклоны и перегибы корпуса по 1-й прямой позиции на полу пальцах и в полуприседании. Вперед, в сторону и назад.

Раздел 3. Элементы татарского народного танца – 6 ч.

Практика (4 ч.)

Теория (2 ч.)

Ходы

Движение 1. Основной ход

Продвижение на невысоких полупальцах, шаг на каждую четверть такта. Колени обеих ног слегка присогнуты. Корпус неподвижен.

Движение 2. Пружинистый ход

Исходное положение ног: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

Раз - правой ногой сделать небольшой пружинистый шаг на полупальцах; левую ногу, приподняв, продвинуть вперед, согнув в колене;

два - опуститься на всю стопу левой ноги, поставив ее впереди правой. Исполняется как «припадание» по 6-й позиции вперед.

Движение 3. «Аргазинский ход»

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4. Ход исполняется на приседании. Ноги ставятся на одну линию - пятка к носку, как при хождении по канату.

И- приподняться на полупальцы;

раз - сделать правой ногой шаг на каблук перед носком левой ноги;

и - опустить носок правой ноги и тут же поднять пятку левой;

два — опустить пятку левой, поднять пятку правой ноги;

и - с акцентом опустить пятку правой ноги. Движение исполняется с левой ноги. Во время движения корпус сильно наклонен вперед.

Движение 4. «Астраханский ход»

Исходное положение ног: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4. **Раз** - **и** - легкий подскок на левой ноге, правую ногу, согнутую в колене, поднять до щиколотки левой ноги;

два - поставить пятку правой ноги у носка левой;

и - опустить правую ногу на всю ступню. Движение продолжается с другой ноги.

Движение 5. Ход с каблука

Музыкальный размер 2/4.

Раз - шаг правой ногой вперед на каблук, носок поднять вверх;

и - носком левой ноги «придавить» носок правой к полу;

два-и - исполнить с другой ноги.

Движение 6. Ход с продвижением вперед

Исходное положение ног: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

Раз - легкий подскок на левой ноге;

и - правую ногу поставить на пятку у носка левой, одновременно переступить на левую ногу;

два - легкий подскок на левой ноге;

и - правую ногу поставить на носок у середины стопы левой, одновременно переступить на левую ногу. Движение продолжается с другой ноги.

Основные движения

Движение 7. Одинарное «чальштыру»

Исходное положение ног: 6-я позиция. Исполняется по принципу «моталочки». Музыкальный размер 2/4.

И - взмахнуть правой ногой, вытянув ее вперед примерно на 30°;

раз — упасть на правую ногу, захлестнув ею левую, одновременно левую ногу откинуть назад от колена;

два - упасть на левую ногу, правую откинуть от колена вперед.

Движение 8 (мужское). Двойное «чальштыру»

И- взмахнуть правой ногой, вытянув ее вперед на 30°;

раз - упасть на правую ногу, левую откинуть назад от колена;

и - небольшой подскок на правой ноге, левая нога одновременно отбрасывается от колена вперед;

два - упасть на левую ногу, захлестнув ею правую, одновременно правую ногу откинуть назад от колена;

и — небольшой подскок на левой ноге, правая нога одновременно отбрасывается вперед. Во время исполнения движений колени соприкасаются, корпус прямой.

Движение 9. «Борма»

Исходное положение ног: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

И - небольшой подскок на левой ноге, правую, согнув в колене, слегка приподнять вперед;

раз - с поворотом вправо резко опуститься на полупальцы левой ноги, носок и колено повернуть вправо, одновременно приподнять правую ногу, слегка согнутую в колене;

и - поставить правую ногу на каблук, одновременно левую ногу, согнутую в колене, приподнять назад, носком вниз;

два - переступить на полупальцы левой ноги;

и - повторяется движение, исполнявшееся из затакта с правой ноги. Левая рука юноши, согнутая в локте, поднята на уровень бровей, другая - отведена назад. Движения ног и рук чередуются.

Движение 10. «Забивание гвоздей»

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4. Исполняется на 2 такта.

1-й такт. **Раз** — легкий подскок на полупальцах правой ноги, левую ногу от колена откинуть назад;

и - сильный удар подушечкой левой ноги позади правой;

два-и - повторяется движение, исполнявшееся на счет **раз-и**.

2-й такт. **Раз** - легкий подскок на полупальцах левой ноги, правую ногу от колена откинуть назад;

и - сильный удар подушечкой правой ноги позади левой;

два-и - повторяется движение, исполнявшееся на счет **раз-и**. Движение, повторяется и в повороте.

Движение 11. «Люлька»

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

Раз — сделать пружинистый подскок на полупальцах левой ноги, одновременно полупальцами правой мягко ударить «накрест» перед носком левой;

два — сделать пружинистый подскок на полупальцах левой ноги, одновременно полупальцами правой мягко ударить вправо.

Как правило, на **раз** ноги всегда скрещены.

Движение 12. «Елочка»

Исходное положение: 1-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

Раз - и - приподнять правую пятку, левый носок и переставить их вправо, соединив носки, разведя пятки, ноги согнув в коленях;

два-и - приподнять левую пятку и правый носок и переставить их вправо, соединив пятки, разведя носки, ноги в коленях выпрямить.

Движение продолжается.

Движение 13. «Строчка»

Исходное положение: 3-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

И - вынести правую ногу вправо, слегка приподняв ее;

раз — опуститься на правую ногу (с носка на пятку); левую ногу подвести к щиколотке правой сзади;

и - переступить на полупальцы левой ноги, правую вынести вправо, выпрямляя колено и отделив носок от пола;

два-и - повторяется движение на **раз-и**.

Дробные ходы и дробы

Движение 14. Первый дробный ход

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

Раз — шаг вперед правой ногой, ударяя об пол каблуком, затем носком, колени согнуты;

и - шаг левой ногой с ударом каблуком, носком;

два-и - повторить движение.

Движение 15. Второй дробный ход

И- подскок на левой ноге;

Раз - и - два притопа правой ногой, левую ногу приставить к правой;
два-и - повторить движение на **раз-и**. Исполняется мелкими акцентированными движениями.

Движение 16. Старинная дробь

Исходное положение: 6-я позиция Музыкальный размер 2/4.

Раз - короткий шаг правой ногой вперед на всю ступню;

и - переступить на ступню левой ноги;

два - переступить на правую ногу с акцентированным ударом и небольшим приседанием на обе ноги;

и — пауза. Движение исполняется с одной ноги.

Движение 17. «Мягкая» дробь

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

И- отвести левую ногу в сторону;

раз - сделать удар пяткой левой ноги о пятку правой;

и - сделать притоп левой и правой ногами;

два - притопнуть левой ногой;

и — притопнуть правой и тут же отвести левую ногу в сторону. Движение повторяется с той же ноги.

Движение 18. Марийская дробь

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

И - приподнять левую ногу;

раз - поставить левую ногу с ударом на пол на полную ступню, одновременно поднять правую;

и — подскок на левой ноге;

два - два удара всей ступней правой ноги, тяжесть корпуса переносят на нее, поднять левую ногу;

и - всей ступней подскок на правой ноге. Движение с другой ноги.

Присядки

Движение 19. «Присядка-мячик»

Исходное положение: 6-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

И- всей ступней всей ступней подскок на обеих ногах;

раз - опуститься в полное приседание на полупальцы, колени сомкнуты;

два - всей ступней подскок на полупальцах, не поднимаясь из приседания.

Движение 20. Оренбургская присядка

Исходное положение: 6-я позиция. Руки опущены вниз. Музыкальный размер 2/4.

Раз - с подскока опуститься в полное приседание;

два - с небольшого подскока подняться из приседания, проскользнув на полупальцах обеих ног в левую сторону по 6-й позиции; обе руки одновременно вытянуты вверх в 3-ю позицию вправо так, чтобы корпус принял наклонное положение. Движение продолжается в другую сторону.

Движение 21. Присядка-разножка в воздухе

- 1 -й такт. **Раз-два** - полное приседание на обеих ногах, колени в стороны, руки отвести вправо, голова повернута влево.

- 2-й такт. **Раз-два** - прыгнуть высоко вверх, резко вытянуть правую ногу.

Прыжки

Движение 22. Прыжок в повороте

Исходное положение: 1-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

И - присесть на низкие полупальцы;

раз - прыжок с полным поворотом налево, левую ногу поднять вперед, а правую назад, левую руку вытянуть к носку левой ноги, а правую - отвести вправо;

два - присесть на обеих ногах.

Движение 23. Прыжок с поджатыми ногами

И- присесть на обеих ногах на низких полупальцах.

- 1-й такт. **Раз-два** - высокий прыжок; ноги поджаты под себя; руки подняты вверх, ладони повернуты в стороны, кисти собраны, но не сжаты в кулак.
- 2-й такт. **Раз-два** - присесть на обеих ногах; руки опустить вниз.

Движение 24. Скрещивание ног в прыжке

Исходное положение: 3-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

1-й такт. **Раз** — легкий прыжок с акцентом на всю ступню правой ноги, левую откинуть от колена вперед;

два - поставить правую ногу на пятку впереди левой.

- 2-й такт. **Раз** - легкий прыжок с акцентом на всю стопу правой ноги; **два** - поставить левую ногу на пятку впереди правой.
- 3-й такт. **Раз** — повторяется движение на **раз** 1-го такта;

два - поставить правую ногу, слегка приседая на пятку, накрест перед левой.

4-й такт. **Раз** — повторяется движение, исполнявшееся на **раз** 2-го такта;

два - поставить левую ногу, приседая на пятку, накрест перед правой.

Положение рук: в 1-м и 3-м тактах левую руку юноши поднимают в 3-ю позицию, правую - в сторону; во 2-м и 4-м тактах руки меняются.

Вращения

Движение 25

Исходное положение: 1-я позиция. Музыкальный размер 2/4.

1-й такт. **Раз** — прыгнуть на правую ногу вполоборота вправо, левую ногу, согнув в колене, поднять назад;

два - прыгнуть на левую ногу вполоборота вправо, выпрямив ее в колене, правую ногу поднять назад, согнув в колене, закончить полный поворот вправо.

Движение 26

И - небольшой подскок на левой ноге;

Раз - и - поворачиваясь вправо, сделать два притопа правой ногой по 6-й позиции;

два - продолжая поворот, сделать притоп левой и правой ногой; **и** - небольшой подскок на левой ноге.

Раздел 4. Танцевальные комбинации, этюды – 6 ч.

Практика (4 ч.)

Теория (2 ч.)

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- движение в колонны по одному с разных сторон по диагонали,
- движение с переходом в центре "через одного";
- перестроение из одного круга в два;
- перестроение из двух кругов в "корзиночку".

В процессе перестроений выполняются разновидности танцевального шага.

Ожидаемые результаты:

1. Научить детей переживать, мыслить, запоминать культуру движений татарского народного танца;
2. Исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотности, владеть движениями стопы (дробь);
3. Развить силу стопы, натянутость ноги в коленном суставе, устойчивость корпуса, координацию движений путем исполнения экзерсиса у станка и на середине зала;
4. Освоить знания терминологии основных понятий татарского народного танца;
5. Научить детей в исполнении танцевальных движений татарского танца передавать характер, манеру и образ присущий определенным областным особенностям;
6. Дать основные знания по методике исполнения, территориальным особенностям, терминологические понятия движений татарского танца.

Планируемые результаты по итогам реализации программы

По итогам **одного месяца обучения** учащиеся будут знать:

- особенности танцевальной культуры татарского народного танца в историческом контексте;
- особенности фольклора татарского народного танца;
- особенности одежды и стилистику татарского народного костюма.

Учащиеся будут уметь:

- координировать работу всего двигательного аппарата при исполнении танцевальных движений и композиций;
- обладать пластикой и выразительностью движений в соответствующей народной манере;

- свободно и уверенно чувствовать себя на сцене.
- владеть навыком ансамблевого исполнения, культурного общения с партнером по сцене, эмоциональной отзывчивостью и манерой исполнения;
- сознательно управлять своим телом.

Комплекс организационно – педагогических условий

Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение:

Просторный специализированный зал соответствующий санитарно – гигиеническим нормам (температурный режим, световой режим и т.д.);

1. Оборудование классов: зеркала, станки, паркетный пол, кондиционеры, раздевалки, комната для преподавателя;

2. Техническое оснащение: магнитофоны, баяны, фортепиано, видеомагнитофон, телевизор, коврики;

3. Музыкальное сопровождение номеров: аранжировка музыкального материала с возможными материальными затратами; накопление музыкального и нотного материала;

4. Тренировочная форма: гимнастический купальник, трико, шишка, шпильки, обувь (для девочек), черные брюки, шорты, белая футболка, обувь (для мальчиков);

5. Изготовление костюмов в соответствии с репертуаром;

6. Возможность приглашения балетмейстеров – постановщиков для обогащения репертуара новыми формами и содержанием (с возможными материальными затратами).

Важным условием реализации программы является соблюдение правил охраны труда, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности.

Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

Начальная или входная диагностика проводится с целью определения уровня развития детей, проводится при наборе или на начальном этапе формирования коллектива, изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка, с целью определения наличия специальных знаний и компетенций в соответствующей образовательной области для установления уровня сложности освоения программы. Входной контроль проводится в форме собеседования или опроса.

Текущий контроль проводится с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала по окончании каждого занятия, темы или раздела, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения обучающимися учебного материала, готовность к восприятию нового

материала, выявляет отстающих или опережающих обучение; позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения. Формы текущего контроля – танцевальные движения, связки. Итоговая аттестация проводится по итогам реализации программы - творческий отчёт (концерт для лагеря с дневным пребыванием, родителям)

Список используемой литературы:

1. Тарасова Н. Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца: Учебное пособие.- СПб.: ИГУП, 1996.- 132с.
2. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца Упражнения у станка: Учебное пособие для вузов.- Москва.: Издательский центр ВЛАДОС, 2003.- 207с.
3. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца Этюды: Учебное пособие для вузов.- Москва.: Издательский центр ВЛАДОС, 2004.- 231с.
4. Лопухов А. В., Ширяев А. В., Бочаров А. И. Основы характерного танца. 4-е изд., сбор.- СПб.: "Издательство Планета музыки"; Издательство "Лань", 2010.- 344 с.
5. <https://studfile.net/preview/5298534>
6. wdoxnovenie.ru/stati/2829/tatarskii-tanec
7. <https://studwood.ru/751870/kulturologiya/zaklyuchenie>
8. <https://secret-terpsihor.com.ua/20150424464>
9. <https://dancedb.ru/tatar-dance/article/istorija-vozniknovenija-tatarskogo-tanca>
10. <https://infourok.ru/referat-na-temu-tatarskiy-tanec>
11. <https://fb.ru/article/65217/tatarskiy-tanets-peredaet-ves-kolorit-etogo-naroda>
12. <https://dancedb.ru/tatar-dance/article/tatarskij-tanec-kostjum>
13. <https://odezhda.guru/natsionalnaya/1224-tatarskij-kostum>
14. Биктагиров И.И. Танцы народов Поволжья и их потенциал в этнокультурном воспитании школьников: учебно-методическое пособие для студентов средних и высших учебных заведений музыкально - хореографических и педагогических специальностей (студенты, проходящие курсы «Общая хореография» русской , татарской и зарубежной филологии) . Казань: К(П)ФУ, 2015. -69с.
15. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: Изд-во Сам. ун-та, 1992.
16. Тирских Георгий Валентинович, Тирских Елена Алексеевна Методическая разработка «Основы движения женского башкирского и татарского танцев». Санкт Петербург, 2019
17. Хореографическое искусство Южного Урала (башкирский и татарский танцы). Программные движения татарского танца https://ozlib.com/924283/iskusstvo/programmnye_dvizheniya_tatarskogo_tantsa
18. Хореографическое искусство Южного Урала (башкирский и татарский танцы). Основные положения рук в женском танце https://ozlib.com/924279/iskusstvo/polozhenie_tatarskom_zhenskom_tantse