

**НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**  
**для гуртків дитячих закладів оздоровлення та відпочинку**  
**«Народний танець»**

*Тараканова Аліса Павлівна,*  
*методист в/к*  
*Інституту інноваційних технологій і змісту освіти*

**ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

Поширеною формою танцювальної діяльності в умовах дитячого оздоровчого закладу є хореографічні гуртки, зокрема народного танцю.

Народний танець є одним із дієвих засобів естетичного виховання дітей, залучення підростаючого покоління до загальнолюдських цінностей. Він сприяє вихованню високої внутрішньої культури особистості, її високих морально-етичних якостей, гармонійному формуванню фізичного апарату дитини.

Завдяки своїй доступній формі народні танці є першою сходинкою ознайомлення дітей з хореографічним мистецтвом, невід'ємною частиною дозвілля і можуть бути прикрасою будь-якого масового заходу: збір дітей біля вогнища, фестивалі народної творчості, календарні народні свята, конкурси серед аматорських колективів, концерти тощо.

Навчальна програма реалізується в гуртку хореографічного спрямування дитячого закладу оздоровлення та відпочинку і спрямована на дітей віком від 7 до 16 років.

Мета програми - формування у дітей особистісно-ціннісного ставлення до хореографічного мистецтва, виховання художніх інтересів, культури здоров'я.

Завдання програми:

- дати дітям початкову хореографічну підготовку;
- формувати сценічні виконавські навички;
- виховувати культуру виконання рухів і точної передачі національного стилю і характерних особливостей танцю;
- пропагувати здоровий спосіб життя, змістовний та активний відпочинок.

Програма розрахована на 16 годин: 2 заняття в тиждень по 2 години.

Для організації роботи гуртка необхідно підготувати музичний супровід,

визначити вимоги до зовнішнього вигляду вихованців гуртка. Навчання у гуртку проводяться з урахуванням вікових особливостей дітей та підлітків, рівнем їх підготовки, індивідуальних особливостей.

Керівником гуртка може бути фахівець-хореограф або педагоги, обізнані з основами хореографії.

Орієнтовний план проведення занять в гуртку народного танцю:

Вправи екзерсису класичної системи танцю для розвитку танцювальної техніки - 10 хв.

Вивчення елементів народно-сценічного танцю - 10 хв.

Вивчення і повторення етюдів народно-сценічного танцю - 10 хв.

Вивчення композиції танцю - 15 хв.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№	Назва теми	Кількість годин		
		Теоретичні заняття	Практичні заняття	Усього
1.	Вступ	1	-	1
2.	Хореографія як вид мистецтва. Відомості з народознавства	2	-	2
3.	Елементи та вправи народного танцю	-	5	5
4.	Танцювальні рухи, танці	-	7	7
5.	Підсумок	1	-	1
	Разом	4	12	16

### ЗМІСТ ПРОГРАМИ

#### 1. Вступ (1 год.)

Комплектування групи. Визначення рівнів підготовки учасників. Танцювальне мистецтво народів України. Музичне оформлення танців.

#### 2. Хореографія як вид мистецтва. Відомості з народознавства (2 год.)

Жанри і види хореографії. Історія розвитку українських танців. Основні жанри українських народних танців: хороводи, побутові, сюжетні. Сценічний український костюм та манера виконання рухів українських танців у різних регіонах України.

### **3. Елементи та вправи народного танцю (5 год.)**

Практичні вправи, необхідні для оволодіння правильною постановкою тіла, голови, ніг, рук, виробленню координації рухів, уміння орієнтуватися на сценічному майданчику, набуття танцювальності.

#### **Вправи біля станка**

Постановка ніг, корпусу, рук.

Позиції ніг – 1, 2, 3.

Позиції рук – підготовча, 1, 2, 3.

Напівприсідання по 1, 3 позиціям.

Батман тандю вбік, вперед, назад по 1, 3 позиціям.

Ронд де жамб партер (півколо) по 1 позиції.

Батман тандю жете вбік, вперед, назад.

Піднімання на півпальці по 1, 2, 3 позиціям.

#### **Вправи на середині**

Колективно-порядкові вправи:

Марширування в різних ритмічних малюнках.

Па марше (танцювальний крок).

Па дегаже (зв'язуючий рух).

Стрибки:

Соте по 1, 2, 3 позиціям.

Шанжман де п'є по 3 позиції.

Вправи для рук:

Перше пор де бра – переведення рук з підготовчої позиції в 1, з 1 в 3, з 3 в 1, з 1 в підготовчу.

Друге пор де бра – переведення рук з підготовчої позиції в 1, з 1 в 2, з 2 в підготовчу.

Уклін для хлопчиків, для дівчат.

Основні положення в танцях.

### **4. Танцювальні рухи, танці (7 год.)**

Рухи: Потрійний танцювальний крок. Залітний крок. Крок з підстрибуванням. Основний гуцульський дрібний крок. Чосанка. Увиванець. Притупи (на вибір). Бігунець. Тинок. Вихилястик. Вірвовочка. Припадання.

Танці: «Козачок», «Веснянка», «Гопак», «Тропотянка», «Гуцулята».

### **5. Підсумок (1 год.)**

Показовий виступ або академічний концерт.

## ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Вихованці мають знати:*

- складові танцю;
- правила використання позицій ніг та рук;
- характерні особливості виконання танців різних регіонів України.

*Вихованці мають вміти:*

- розбиратися в характері та ритмах музичного твору;
- розрізняти танці різного походження;
- координувати рухи;
- виконувати структуру танців.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Айрис пресс, Рольф. - М., 1999.
2. Василенко К. Ю. Український танець: Підручник, - К.: ІПК ПК, 1997.
3. Васильева Т. К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: ТОО «Диамант», 1997.
4. Камін В. О. Народно-сценічний танець у дитячому хореографічному колективі. Методичні рекомендації МОН України, ІЗМН.-К.: 1996.
5. Методика викладання класичного танцю в школі: Методичні рекомендації / Укл. Л. Ю. Цветкова. - К.: ІЗМН, 1998. - 76 с.
6. Тараканова А. П. Система хореографічного виховання в школах і позашкільних закладах, МОН України, ІЗМН. - К.