

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
протокол № 1 от 29.08. 2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ В.В.Худова
приказ № 342 от 29 августа 2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00bc4e2eafb2c55310f495d58a116f5d6e
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 10.03.2025 по 03.06.2026

**Рабочая программа дополнительной
общеразвивающей программы**

«Народный сценический танец»

**Год обучения - 1
№ группы – 118 ОСИ**

Разработчик:

Васильев Александр Павлович,
педагог дополнительного образования

1год обучения

Особенности организации образовательного процесса 1 года обучения:

На первом году обучения - учащиеся разучивают комбинации народно-сценического экзерсиса у станка и на середине зала, а также танцевальные комбинации русских, белорусских, украинских танцев.

Задачи программы:

Обучающие:

- формировать знания об основах исполнения народных танцев;
- обучить навыкам танцевального мастерства;
- формировать музыкально-ритмические навыки;
- формировать представления об особенностях актерского мастерства при исполнении народно-сценических танцев.

Развивающие:

- развивать артистические способности, эмоциональность;
- развивать внимательность и наблюдательность, творческое воображение и фантазию.

Воспитательные:

- воспитать и развить художественный вкус и уважение к культуре танцев народов мира;
- заложить основы толерантного сознания.

Содержание программы

Раздел	Теория	Практика
Вводное занятие	- Инструктаж по ОТ - Требования к занятиям - Правила поведения	Выполнение упражнений.
Экзерсис у станка	Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4; Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	Выполнение народного экзерсиса у станка.
Экзерсис на середине зала	Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. “Веревочка”. Моталочка”. Дробные выстукивания. «Голубец». «Ключ». Вращения.	Выполнение экзерсиса и отработка танцевальных комбинаций на середине зала.
Элементы белорусского танца	Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на	Отработка танцевальных комбинаций белорусского танца.

	одном месте. Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад. Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	
Элементы украинского танца	Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхилистник», «выхилистник с угинанием». «Бигунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	Отработка танцевальных комбинаций украинского танца.
Концертная деятельность	Правила поведения во время выступлений.	Подготовка хореографических номеров к выступлениям. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях и праздниках.
Заключительное занятие. Диагностика.	-	Подведение итогов учебного года. Практические задания

Планируемые результаты 1 года обучения

Личностные:

- формирование художественного вкуса и уважительного отношения к культуре народно-сценического танца;
- формирование основ работы в коллективе, воспитание толерантного отношения друг к другу
- Овладение коммуникативными навыками, способностью прогнозировать результат.

Метапредметные:

- расширение представлений об особенностях актерского мастерства при исполнении народно-сценических танцев.
- развитие артистических способностей, эмоциональности.

Предметные:

- формирование знаний об основах исполнения народно-сценических танцев;
- развитие музыкально-ритмических навыков и навыков танцевального мастерства в народно-сценической манере исполнения белорусского и украинского танцев.

**«Народный сценический танец»
Календарно-тематический план
1 год обучения, группа № 118
Педагог: Васильев А.П.**

<i>Месяц</i>	<i>Число</i>	<i>Тема. Содержание</i>	<i>Количество часов</i>	<i>Итого часов в месяц</i>
сентябрь	2	Вводное занятие. Тема: «Инструктаж по технике безопасности». Содержание: инструкции №289 от 21.12.2020, ИОТ – 065 – 2020, ИОТ-066 – 2020, выполнение упражнений.	2	18
	4	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete;	2	
	9	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Rond de jamb parr terr на 4/4; Подготовка к «верёвочке»; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	11	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4;	2	
	16	Тема: «Экзерсис на середине зала» Подготовка к «верёвочке»; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	18	Тема: «Элементы белорусского танца» Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте.	2	
	23	Тема: «Элементы белорусского танца» Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад. Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.	2	
	25	Тема: «Элементы белорусского танца». Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	
	30	Тема: «Элементы белорусского танца». Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	
октябрь	2	Тема: «Экзерсис на середине зала» Притопы: одинарные, тройные. Припадание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. “Веревочка”.	2	18

	7	Тема: «Экзерсис на середине зала» Моталочка». Дробные выстукивания. «Голубец». «Ключ». Вращения.	2	
	9	Тема: «Элементы белорусского танца» Содержание: Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте. Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции.	2	
	14	Тема: «Элементы белорусского танца» Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад. Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	2	
	16	Тема: «Элементы белорусского танца». «Верёвочка» с переступаниями. Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону.	2	
	21	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4;	2	
	23	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	28	Тема: «Элементы белорусского танца» Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте. Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	2	
ноябрь	30	Тема: «Экзерсис на середине зала» Притопы: одинарные, тройные. Припадание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. «Веревочка». Моталочка». Дробные выстукивания. «Голубец». «Ключ». Вращения.	2	14
	6	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4; Подготовка к «верёвочке»;	2	
	11	Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	

	13	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete;	2	
	18	Rond de jamb parr terr на 4/4; Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	20	Тема: «Элементы белорусского танца» Содержание: Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте. Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	2	
	25	Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону	2	
	27	Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	
декабрь	2	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя.	2	18
	4	Тема: «Элементы белорусского танца» Содержание: Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте. Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад	2	
	9	Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением.	2	
	11	Присядка на двух ногах из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	
	16	Тема: «Концертная деятельность» Содержание: Подготовка к отчётному концерту ОСИ.	2	

	18	Тема: «Элементы белорусского танца» Содержание: Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте.	2	
	23	Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад. Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном.	2	
	25	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete;	2	
	30	Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	
январь	13	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete;	2	12
	15	Rond de jamb parr terr на 4/4; Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	20	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя.	2	
	22	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1,2,3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4;	2	
	27	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	29	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: В.т.с выносом ноги на каблук; Battement tendu jete с акцентом «от себя»; тоже с demi plie; тоже с подъемом пятки опорной ноги. Подготовка к «веревочке»: на целой ноге и с подъемом на полупальцы. Повороты в народно-характерном танце. Элементы белорусского танца.	2	
февраль	3	Тема: «Концертная деятельность» Содержание: Подготовка к отчётному концерту ЦТиО.	2	16

	5	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад	2	
	10	«Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. «Веревочка».	2	
	12	«Экзерсис на середине зала» Моталочка». Дробные выстукивания. «Голубец». «Ключ». Вращения.	2	
	17	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Бигунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	19	«Бигунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	24	«Бигунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	26	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4; Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
март	3	Тема: «Концертная деятельность» Содержание: Подготовка к концерту посвящённому дню 8 Марта.	2	18
	5	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. «Веревочка». Моталочка». Дробные выстукивания. «Голубец».	2	
	10	Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. «Веревочка». Моталочка». Дробные выстукивания. «Голубец».	2	

	12	Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя. «Веревочка». Моталочка». Дробные выстукивания. «Голубец».	2	
	17	Медленный женский ход. «Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец».	2	
	19	Медленный женский ход. «Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец».	2	
	24	«Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	26	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4;	2	
	31	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
апрель	2	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Вращения. «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	18
	7	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Дорижка проста» вокруг себя. «Веревочка».	2	
	9	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад,	2	
	14	Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад,	2	
	16	Тема: «Концертная деятельность» Содержание: Подготовка к концерту «Неделя искусств».	2	

	21	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Дорижка проста» «Дорижка плетёна».	2	
	23	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: «Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец».	2	
	28	«Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	30	«Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад,	2	
май	5	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад,	2	16
	7	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя.	2	
	12	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец».	2	
	14	«Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец».	2	
	19	«Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	21	Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	26	Тема: «Экзерсис на середине зала» Содержание: Притопы: одинарные, тройные. Приподание в сторону, вперед и назад. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад, вокруг себя.	2	
	28	“Веревочка”. Моталочка”. Дробные выстукивания. «Голубец». «Ключ». Вращения.	2	
июнь	2	Тема: «Экзерсис у станка» Содержание: Постановка корпуса. Demi plie, grand plie - 1, 2, 3 позициям. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги. Battement tendu jete; Rond de jamb parr terr на 4/4;	2	16

	4	Подготовка к «верёвочке»; Подготовка к flic-flac; Releve lent; Grand battement; Port de bras.	2	
	9	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Дорижка проста» «Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием». «Бигунец». «Голубец» на месте и с продвижением в сторону. «Верёвочка». «Обертас».	2	
	11	Тема: «Элементы белорусского танца» Содержание: Положения рук и ног в белорусском танце. Притопы одинарные. Подскоки на двух ногах по I позиции на одном месте. Тройные подскоки на 2х ногах по I прямой позиции. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.	2	
	16	Основной ход. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед. Тройные притопы с поклоном. Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением.	2	
	18	Присядка на двух ногах по I позиции с продвижением из стороны в сторону. «Верёвочка» с переступаниями.	2	
	23	Тема: «Элементы украинского танца» Содержание: Положения рук и ног в украинском танце. Медленный женский ход. «Дорижка проста» Дорижка плетёна». «Выхиястник», «выхиястник с угинанием».	2	
	25	Тема: «Заключительное занятие». Содержание: Подведение итогов. Повторение пройденного материала.	2	
Итого часов по программе:				164