

Программные требования по
ритмике и хореографии
(экзамен по «Творчеству»)

Обязательные для выполнения элементы народного танца:

- простой шаг с носка,
- переменный шаг;
- подскоки;
- припадание;
- полька с подскоком на одной ноге;
- полька с соскоком на две ноги;
- падэбаск;
- присюды в сочетании с притопами (одинарным, двойным, тройным);
- моталочки с переступанием;
- подбивка;
- двойные выстукивания,
- двойные выстукивания с переступанием;
- «ключ»;
- веревочка в русском характере;
- веревочка в белорусском характере.

Простой и переменный шаг с носка

- * **Простой шаг** с носка выполняется на каждую четверть 4/4 такта. Движение медленное, может сопровождаться открыванием рук во вторую позицию и закрыванием рук на пояс.
- * **Переменный шаг** с носка исполняется на каждую восьмую 4/4 такта.
 - * - раз – шаг правой ногой;
 - * - и - шаг левой ногой;
 - * - два - шаг правой ногой;
 - * - и - пауза, левая нога остается на носке сзади;
 - * - три – шаг левой ногой;
 - * - и - шаг правой ногой;
 - * - четыре – шаг левой ногой;
 - * - и – пауза, правая нога остается сзади с вытянутым носком.

Подскоки

- * Музыкальный размер 2/4. Подскоки исполняются на каждую четверть.
- * - раз – шаг правой ногой, левая подводится к щиколотке правой;
- * - и – подскок на правой ноге, левая нога, согнутая в колене поднимается вверх. Носок левой ноги у колена правой;
- * - два – и – повторить движение начиная с левой ноги.

Припадание

- * Музыкальный размер 4/4. Движение плавное, исполняется на каждую четверть такта. Может сопровождаться раскрытием и закрыванием рук во вторую позицию.
- * - и – открыть правую ногу в сторону, вытянув носок;
- * - раз – шаг на правую ногу, одновременно перенести вес корпуса на нее и присесть. Левая нога, согнутая в колене, подводится к щиколотке правой сзади, носок вытянут;
- * - и – стать на полупальцы левой ноги, открыв правую в сторону с вытянутым носком.
- * Движение повторяется на каждую четверть.

Полька с подскоком на одной ноге

- * Музыкальный размер 2/4.
- * - и – подскок на правой ноге, левая, согнутая в колене, поднимается вверх. Носок левой ноги у колена правой;
- * - раз – ступить на низкие полупальцы левой ноги, правая у щиколотки левой;
- * - и - ступить на низкие полупальцы правой ноги, левая у щиколотки правой;
- * - два - ступить на низкие полупальцы левой ноги, правая у щиколотки левой.
- * Повторить движение с левой ноги.

Полька с соскоком на две ноги

- * Музыкальный размер 2/4.
- * - раз – соскок на две ноги в шестую позицию;
- * - и – соскок на правую ногу, левую поднять, согнув в колене;
- * - два – перескок на левую ногу, правую поднять, согнув в колене;
- * - и – пауза.
- * Движение повторить с левой ноги.

Падэбаск

- * Музыкальный размер 2/4.
- * - и – открыть правую ногу в сторону, вытянув носок;
- * - раз – соскочить на правую ногу, поставив ее позади левой в третью позицию, колено присогнуто. Левую ногу приподнять над полом;
- * - и – стать на левую ногу, правую приподнять над полом позади левой, колени обеих ног присогнуты;
- * - два – стать на правую ногу (колено присогнуто), левую открыть в сторону, вытянув носок;
- * - и – провести левую ногу из положения «в сторону» в положение «назад».
- * Движение повторить с левой ноги.

Присюды в сочетании с притопами

- * Музыкальный размер 2/4.
- * **Присюды с одинарным притопом** исполняются на каждую четверть:
- * - раз-и – скользящим движением, с небольшим подскоком, одновременно открыть ноги в широкую вторую позицию. Правая нога согнута в колене, левая вытянута сзади, корпус повернуть вправо;
- * - два-и – собрать ноги в шестую позицию;
- * - раз-и-два-и – повторить движение влево;
- * -раз-и- два-и – повторить движение вправо;
- * -раз-и –правую ногу поднять, согнутую в колене;
- * -два-и- поставить правую ногу с ударом (притопом) в шестую позицию.
- * Движение повторить, начиная влево.

Присюды в сочетании с притопами

- * **Присюды в сочетании с двойным притопом** исполняются на каждую четверть:
 - * - раз-и – скользящим движением, с небольшим подскоком, одновременно открыть ноги в широкую вторую позицию. Правая нога согнута в колене, левая вытянута сзади, корпус повернуть вправо;
 - * - два-и – собрать ноги в шестую позицию;
 - * - раз-и-два-и – повторить движение влево;
 - * -раз-и- два-и – повторить движение вправо;
 - * -раз-и – соскочить на левую ногу с ударом, правую поднять, согнутую в колене;
 - * -два-и- поставить правую ногу с ударом (притопом) в шестую позицию.
 - * Движение повторить, начиная влево.

Присюды в сочетании с притопами

- * **Присюды в сочетании с тройным притопом** исполняются на каждую четверть:
- * - раз-и – скользящим движением, с небольшим подскоком, одновременно открыть ноги в широкую вторую позицию. Правая нога согнута в колене, левая вытянута сзади, корпус повернуть вправо;
- * - два-и – собрать ноги в шестую позицию;
- * - раз-и-два-и – повторить движение влево;
- * -раз-и- два-и – повторить движение вправо;
- * -раз – соскочить на левую ногу с ударом, правую поднять, согнутую в колене;
- * - и - соскочить на правую ногу с ударом (притопом), левую поднять, согнутую в колене;
- * - два – левую ногу с ударом поставить в шестую позицию;
- * - и – пауза.
- * Движение повторить, начиная влево.

Моталочки с переступанием

- * Моталочки могут исполняться из стороны в сторону или вперед-назад. Музыкальный размер 2/4.
- * - и – открыть правую ногу вправо, колено левой ноги присогнуто;
- * - раз – шаг на правую ногу в шестую позицию, левую приподнять от пола, колени присогнуты;
- * - и – переступить на левую ногу, правую приподнять от пола;
- * - два-и – переступить на правую ногу левую открыть в сторону, носок вытянут, колено правой ноги присогнуто.
- * Движение повторить с левой ноги.

Подбивка

- * Музыкальный размер 2/4. Исходное положение: правая нога открыта в сторону на носок, левая слегка присогнута.
- * - и- с небольшим подскоком легко ударить стопой правой ноги по стопе левой в шестой позиции, после удара остаться на правой ноге, левая приподнята над полом и прижата к щиколотке правой;
- * - раз – переступить на полупальцы левой ноги, правая приподнята над полом и прижата к щиколотке левой;
- * - и - переступить на полупальцы правой ноги, левая приподнята над полом и прижата к щиколотке правой;
- * - два – переступить на полупальцы левой ноги, правую вытянуть в сторону.
- * Движение повторяется несколько раз подряд.
- * При исполнении подбивки следует тщательно исполнять ритмический рисунок движения.

Двойные выстукивания

- * Музыкальный размер 2/4.
- * Исполняются по шестой позиции на четверть такта.
- * -и- подскок на левой ноге, правая, согнутая в колене поднимается невысоко вперед, ступа находится у щиколотки левой;
- * - раз- ударить всей стопой правой ноги в пол, затем быстро сменить ногу (поставить правую и приподнять к щиколотке левую);
- * - и-два – повторить движение с левой ноги.
- * При исполнении движения следует обратить внимание на ритмический рисунок.

Двойные выстукивания с переступанием

- * Музыкальный размер 2/4.
- * Исполняются по шестой позиции.
- * -и- подскок на левой ноге, правая, согнутая в колене поднимается невысоко вперед, стопа находится у щиколотки левой;
- * - раз- ударить всей стопой правой ноги в пол, затем быстро сменить ногу (поставить правую и приподнять к щиколотке левую);
- * - и – переступить на полупальцы левой ноги, правая у щиколотки;
- * - два – переступить на полупальцы правой ноги, левая у щиколотки;
- * Повторить движение с левой ноги.
- * При исполнении движения следует обратить внимание на ритмический рисунок.

«Ключ»

- * Музыкальный размер 2/4. Движение исполняется на два такта Исходное положение – шестая позиция.
- * - раз- ударить всей стопой правой ноги в пол, в шестую позицию;
- * -и- подскок на левой ноге, правая, согнутая в колене поднимается невысоко вперед, ступа находится у щиколотки левой;
- * - два - ударить всей стопой правой ноги в пол, затем быстро сменить ногу (поставить правую и приподнять к щиколотке левую);
- * - и - ударить всей стопой левой ноги в пол;
- * - раз- ударить всей стопой левой ноги в пол, в шестую позицию;
- * -и- подскок на правой ноге, левая, согнутая в колене поднимается невысоко вперед, ступа находится у щиколотки правой;
- * - два - ударить всей стопой левой ноги в пол, затем быстро сменить ногу (поставить левую и приподнять к щиколотке правую);
- * - и - ударить всей стопой правой ноги в пол.
- * При исполнении движения следует обратить внимание на ритмический рисунок.

Веревочка в русском характере

- * Музыкальный размер 2/4. Исходное положение – полуприсед в пятой позиции, правая нога спереди. Исполняется на каждую четверть такта.
- * - и – с небольшим подскоком высоко поднять правую ногу в сторону, согнув ее в колене, стопа поднятой ноги находится у колена левой;
- * - раз- поставить правую ногу в пятую позицию позади левой;
- * - и - с небольшим подскоком высоко поднять левую ногу в сторону, согнув ее в колене, стопа поднятой ноги находится у колена правой;
- * - два – поставить левую ногу в пятую позицию позади левой.
- * Все движение исполняется в полуприседе.

Веревочка в белорусском характере

- * Музыкальный размер 2/4.
- * - и - слегка приподняв правую ногу, согнутую в колене, исполнить невысокий прыжок с двух ног;
- * - раз – соскок в третью позицию на две ноги, правая нога сзади, одновременно развернуть корпус вправо;
- * - и – соскок на левую ногу, правую поднять, согнув в колене, корпус развернут вправо;
- * - два – перескок на правую ногу, левую поднять, согнув в колене, корпус разворачивается влево;
- * - и – пауза.
- * Движение повторить с левой ноги.

Танцевальный этюд

- * Абитуриент должен подготовить танцевальный этюд (не менее чем на 32 такта), в который необходимо включить движения, максимально раскрывающие хореографическую подготовку абитуриента.
- * Танцевальный этюд может быть построен в любом хореографическом жанре (народный, классический, эстрадный, современный и бальный танец)