



**Методика построения и ведения  
урока по народно-сценическому  
танцу**

## Особенности построения и проведения занятий по народному танцу

Начинать изучение народного танца нужно после того, как учащиеся освоили основы классики. В хореографических училищах изучение характерного танца начинается на четвёртом, пятом году изучения классического танца. «Начинать изучение народного танца одновременно с классическим танцем допустимо, как исключение, только для взрослых. Для учащихся же 9 – 10 летнего возраста вводить класс характерного

танца с первого года нельзя. В процессе обучения учащиеся развивают свой суставно-связочный аппарат, эластичность и силу мышц, координацию и выразительность движений, подготавливаются к восприятию любого народного или сценического танца, любого задания балетмейстера.



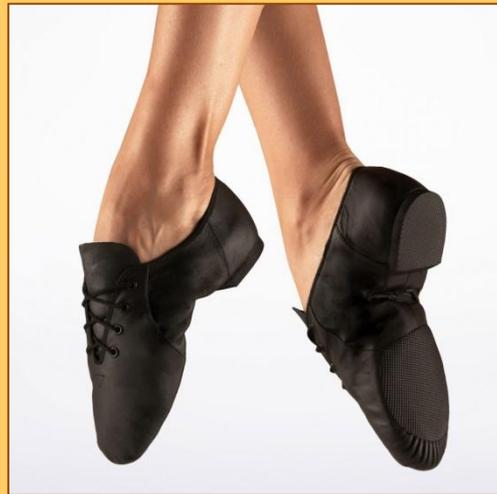
Урок народного танца, так же как и классического, строится таким образом, чтобы движения чередовались правильно и гармонично, переключая нагрузку с одних групп мышц и связок на другие. Педагогу нужно научиться строить урок, рационально распределяя силовые нагрузки, не утомляя и не перегружая суставно-мышечный аппарат



исполнителей (учащихся).

Особое внимание нужно обратить на необходимость чередования движений, которые выполняются на согнутых и вытянутых ногах. Урок народного танца должен стать основой совершенствования техники исполнения движений, помочь овладеть стилистикой народной хореографии, умением передать её национальные особенности и характерную манеру исполнения.

Очень часто они носят на уроке народного танца мягкую балетную обувь или джазовки, обувь без каблуков. Каблучная обувь нужна с первого дня обучения и при этом вначале даже больше, чем в последующем. Отсутствие каблуков даёт учащимся совершенно иное ощущение движения, искажает его рисунок, настолько быстро, что они свыкаются с неправильным исполнением и расценивают его, как должное. Всевозможные выстукивающие движения, пяточные удары и т.д. теряют в мягкой обуви всю свою характерность, рельефность стуков, мазков и «шарканья» ногой по полу и этим дезориентируют учащегося.





Урок народного танца состоит из трёх частей:

- ❖ Упражнения у станка
- ❖ Движения на середине зала
- ❖ Разучивание и композиционное построение учебных этюдов на танцевальном материале народных танцев.



## Упражнения у станка

Упражнения у станка развивают специфические для характерного танца технику и силу, а также связки и мышцы недостаточно или совсем не развитые в тренаже классического танца. Упражнения характерного тренажа включают в себя повороты стопы и бедра внутрь, удары стопой и полупальцами в пол, движения на присогнутых ногах, движения расслабленной стопой, резкие глубокие приседания и многие другие упражнения, выражающие многообразие народного характерного танца.

Основные элементы экзерсиса народного танца проучиваются в комбинациях. Комбинация – логическое сочетание одного, двух или трех, но не более элементов, объединённых в определённый музыкальный отрезок и имеющее чётко поставленную точку. Комбинации экзерсиса у станка в народном танце имеют три степени сложности:

**Построение всех комбинаций**  
**придерживается принципа от простого к сложному. Любая комбинация не должна быть громоздкой, продолжительной во времени: при музыкальном размере 4/4 продолжительность комбинации, не более 8 – 12 тактов, при музыкальном размере 3/4 – 16 – 32 такта, при музыкальном размере 2/4 – не более 32 тактов.**

**Простые комбинации (учебные) – комбинации, в которые включаются основные программные элементы экзерсиса народного танца. Комбинация строится по основным направлениям – вперёд, в сторону, назад или только в сторону.**

**Ритмически пространственная комбинация – строится на основе одного или нескольких программных элементов проученных ранее. При составлении таких комбинаций используются принципы ритмического разнообразия – синкопа, пауза, ритмический рисунок. Руки, корпус, голова участвуют в простейшей координации.**

**Танцевальная комбинация – строится на основе программных элементов экзерсиса народного танца и движений национального танца, созвучных данной комбинации. При составлении активно используются ритмические разнообразия, а также работа рук, корпуса и головы.**

## Движения на середине зала

Упражнения на середине зала развивают технику ног, гибкость корпуса, пластичность рук. Несложные комбинации двух трёх движений подготавливают учащегося к овладению формой, и стилем народно-характерного танца и к усложнённым комбинациям, развивающим координацию движений всего тела и выразительность танца. В этой части урока проучиваются основные элементы русского народного танца – ковырялочка, верёвочка, моталочка, дробы, присядки, вращения и т.д., в чистом виде и комбинациях. А также движения и элементы танцев различных национальностей, как подготовительные движения для использования их в этюдной форме.



## Этюды

Танцевальные этюды это эпизоды танцевального порядка, извлечённые из лучших балетных постановок или составленные преподавателем из элементов сценических характерных и народных танцев. Основная идея этюдной работы на протяжении всего курса народного танца основывается на вовлечении учащихся в танец сценического, а не тренировочного порядка. Комбинируя различные танцевальные движения, нужно создавать сценически окрашенные танцевальные эпизоды, включающие в себя и технику танца, и его стиль, и актёрскую танцевальную выразительность. Техника танца, несомненно, должна укрепляться и развиваться, но как самоцель упражнения, она постепенно уступает первое место указанной выше обобщающей идее этюдной работы. Педагог должен проявить своё знание народного танца, умение отбирать материал для этюда и комбинировать их.

## Музыкальное сопровождение урока народного танца

Урок народного танца отличается от классического тем, что он строится на основе какого либо национального танца. Поэтому подбор музыкального материала должен быть тщательным и умелым. Если педагог пользуется для этюда только отрывком известного сценического танца, то тогда должна быть сохранена соответствующая музыка. Если этюд на этнографическом, фольклорном материале, то и музыка должна быть фольклорной, а не сочинения композиторов на эти темы.



Исходя из вышесказанного можно определить следующие первостепенные задачи педагога народного танца:

- по возможности готовить исполнителей народно-сценического танца умеющих выражать имеющееся в танце идейно-образное содержание, передавать национальный характер танца;
- должен добиваясь точности и четкости в выполнении каждого движения, стремясь повысить техническую сторону танца, требовать от учащихся понимания стиля, характера исполнения каждого танца, приучать их уже на занятиях выполнять движения не чисто технически, а эмоционально развивать выразительность, умение выявлять и подчеркивать национальный характер танца;
- педагог должен познакомить учащихся с историей, и бытом и национальной культурой народа, которым создан разучиваемый танец;
- должен хорошо разбираться, какие движения характерны для изучаемого танца, не допускать смешения стилей, не засорять танец надуманными движениями, не имеющими к этому танцу никакого отношения.