

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ  
СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ**

**Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Краевой Центр развития творчества  
детей и юношества имени Ю.А.Гагарина»**

Программа рассмотрена,  
утверждена с изменениями  
и дополнениями на научно-  
методическом совете № 1  
«04» 09 2020г.

Директор  Г.В. Найденко



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
образцового ансамбля кавказского танца «Сихарули»**

**возраст обучающихся 8-14 лет  
срок реализации программы 5 лет**

Автор - составитель:  
Г.Ш.Цитаишвили  
педагог дополнительного  
образования детей

г. Ставрополь  
год разработки программы: 2011 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная программа образцового ансамбля кавказского танца «Сихарули» ГОУ ДОД «Краевого Центра развития творчества детей и юношества» имеет художественную направленность.

Народы Кавказа обладают богатой многовековой культурой, в которой почетное место заняло народное хореографическое искусство, развитое на основе сочетания лучших традиций народной хореографии с богатейшей культурой сегодняшнего дня.

Древнейшее происхождение хореографической культуры народов, населяющих Кавказ, подтверждаются многочисленными историческими источниками данными, добытыми посредством археологических раскопок.

Исторические материалы дают яркое изображение отдельных ритуальных действий, которые в период язычества уже заключали в себе элементы танца. Несмотря на то, что христианство и ислам внесли крутой перелом во все стороны жизни народов, изменив его миросозерцание, государственное устройство и некоторые стороны культуры, ритуальные обряды все же сохранились, приняв форму, соответствующую новой религии. В этих обрядах элементы танца получали все большее развитие и, наконец, потеряв религиозное содержание, превратились в один из видов народного художественного творчества.

Изучение истоков танцев народов Кавказа приводит к выводу, что народное танцевальное искусство зародилось в процессе труда, что танцы носили унитарный характер и тесно были связаны с хозяйственной жизнью народа. Отсюда возникли танцы, имитирующие движения животных, хороводы, отображающие охоту и многое другое.

Из произведений древнегреческого историка Ксенофонта следует, что и в эпоху язычества, в 4 веке до христианского летоисчисления, среди грузинских племен была распространена светская музыка, а именно – военные и танцевальные танцы, песни. Чанские племена даже сражения начинали воинственными песнями и танцами.

Также известно, что в средние века с развитием и усложнением общественных отношений танцы профессионализируются и переходят во дворцы царей и владетельных феодалов. Во дворцы приглашались лучшие танцоры и танцовщицы из народа, которые становились профессионалами.

С течением времени эволюция танца изменялась, совершенствовалась, изменялись внешние формы и содержание. Так зарождались танцы воинственные, свадебные, любовные, увеселительные, спортивно-соревновательные и другие. Один только перечень названий народных кавказских танцев говорит о богатстве и многообразии народного танцевального искусства:

-азербайджанский танец – «Стаканчики»

-армянский – «Девичий хоровод», «Кочари»

- грузинские – «Картули», «Горский», «Аджарский», «Военный хоруми» и «Клинковой»
- осетинский – «Симд»
- абазинский – «Кашара»
- карачаевский – «Абизек»
- дагестанский – «Танец горянок» и др.

Ставропольский край является многонациональным. В формировании общей культуры региона большую роль играет полифоничность народного творчества, которая является своеобразным диалогом различных этнических культур. Организаторами диалога выступают социальные институты, в том числе образование. Именно здесь возникли все предпосылки для создания в 1947 году ансамбля кавказского танца «Казбек». Дополнительное образование в данном случае выступает тем инструментом, с помощью которого появляется возможность целенаправленного формирования толерантного формирования и реализации социального заказа на достижение общественного согласия. Учащиеся ансамбля – это представители разных национальностей. Таким образом, одновременно с обучением идет процесс формирования культуры межнационального общения. Общественные требования превращаются в устойчивые привычки на повседневном уровне.

**Цель** программы - приобщение к танцевальной культуре народов Кавказа, формирование толерантного сознания и поведения учащихся.

**Задачи** программы:

1. Изучение основ и движений кавказских танцев, формирования знаний, умений и навыков исполнительской деятельности.
2. Воспитание сценической культуры и хореографии кавказских танцев.
3. Создание атмосферы доброжелательности и сотрудничества в коллективе
4. Воспитание уважения к культуре и традициям народов Кавказа.
5. Воспитание культуры межнационального общения.
6. Способствовать национальной самоидентификации учащихся.
7. Организация полноценного досуга.

Отличительной особенностью данной программы является то, что основу учебного материала составляет танцевальное наследие народов Кавказа с опорой на основные элементы классического танца. Учебные занятия включают классический и народный (национальный) танец.

Она удовлетворяет потребности и интересы детей в области хореографии и знания кавказских танцев.

Дополнительная образовательная программа ансамбля «Казбек» рассчитана на учащихся средней школы, высших учебных заведений.

**Срок** реализации программы – 5 лет.

Занятия проводятся по 3 академических часа (по 45 минут) 4 раза в неделю. Наиболее способных учеников переводят в основной состав – ансамбль, который участвует в концертной деятельности, в фестивалях и конкурсах хореографии, а так же в культурных мероприятиях города и края.

Преобладает групповая форма организации учебной работы. Количество обучающихся в каждой группе от 15 – 20 человек. Учащиеся принимаются по принципу добровольности, но имеющие специальные данные (выворотность, гибкость, чувство ритма и др.)

### **Ожидаемые результаты**

Учащиеся **первого учебного года** должны уметь и знать:

- позиции рук и ног, держать правильно корпус;
- ходы: лезгинка, картули, горские (1 и 2) на полу пальцах;
- круговая и боковая растяжка, ковырялки (1 и 2);
- одинарный пируэт;
- соединять пройденные элементы в несложные танцевальные комбинации;
- танцевать несложные танцы.

Учащиеся **второго учебного года** должны уметь и знать:

- позиции рук и ног, держать правильно корпус;
- ходы: лезгинка, картули, горские (1 и 2) на полу пальцах;
- круговая и боковая растяжка, ковырялки (1, 2, 3 и 4);
- одинарный и двойной пируэт;
- соединять пройденные элементы в несложные танцевальные комбинации;
- танцевать несложные танцы.

Учащиеся **третьего учебного года** должны знать и уметь:

- упражнения классического танца;
- осетинские ходы, карачаевские, ход мухлура;
- грузинские круговые движения (1, 2, 3), техиле (характерное движение) три движения;
- вращение пируэтов;
- тур;
- шине;
- исполнять танцы с более развитой лексикой и элементами сольных танцевальных комбинаций.

Учащиеся **четвертого учебного года** должны знать и уметь:

- упражнения классического и народного танца;
- осетинские ходы, карачаевские, ход мухлура;
- грузинские круговые движения (1, 2, 3), техиле (характерное движение) три движения; двойной пируэт, двойной тур;
- вращение пируэтов;

- тур;
- шине по диагонали;
- исполнять танцы с более развитой лексикой и элементами сольных танцевальных комбинаций.

Учащиеся **пятого учебного года** должны знать и уметь:

- exercise классического танца;
- движения и ходы аджарского и абхазского танца;
- трюки (колени, пальцы);
- вращение: тройной пируэт, тройной тур, шине по диагонали и по кругу;
- исполнять национальные танцы любой сложности;
- ориентироваться в характере танца, исполнять его в соответствующей манере;
- основы межнационального общения.

Для проверки результатов обучения проводится промежуточная и итоговая аттестация учащихся на контрольных занятиях, открытых уроках, концертах.

Итоги реализации дополнительной образовательной программы подводятся путем участия коллектива в фестивалях, конкурсах, на отчетном концерте.

## ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		теория	практика
1	Введение	1	
2	Основы классического танца	10	20
3	Основы народного (национального) танца		
	Подготовительные упражнения для изучения ходов	8	22
	Танцевальные движения	5	20
	Танцевальные ходы	4	22
	Вращения	6	24
4	Итоговое занятие		2
	Всего	34	110
	Общее количество часов	144	

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. **Введение.** Основы национального танца, характер исполнения кавказских танцев.

### **Первое полугодие:**

#### **2. Основы классического танца**

1. Постановка корпуса
2. Шаг на полную стопу (марш)
3. Шаг на высоких полупальцах
4. Скользящий шаг на высоких полупальцах
5. Шаг с поднятием колена
6. Шаг с поднятием колена с небольшим подскоком

#### **3. Основы народного (национального танца)**

##### Подготовительные упражнения народного танца.

1. Постановка корпуса.
2. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 6-я.
3. Позиции рук: руки в «кинжалы».
4. Поднятие на полупальцы: на 4 такта, на 2 такта, на 1 такт.
5. Исходное положение (и/п) стоять на полупальцах:
  - на каждый такт удар пальцами в пол правой и левой ногой
  - три поочередных удара «тройка» (картули).
6. И/п правая нога выдвинута вперед, касаясь пола полупальцами:
  - на каждый первый такт скольжением придвинуть ногу, на второй - скольжением выдвинуть
  - первый такт скольжением придвинуть, второй – скольжением выдвинуть, (3-й) левую ногу.
7. Поднятие на полупальцах на четыре такта.
8. Приседание на 6-й позиции на восемь, четыре и два такта.
9. Гасма на три такта.
10. Гасма на четыре такта.

##### Танцевальные движения

1. 1-я ковырялка: на четыре такта, на два такта
2. 2-я ковырялка: на четыре такта, на два такта
3. техиле: на четыре и два такта – у стонка:
  - техиле на 4 такта 1-е
  - техиле на 8 тактов 2-е

##### Танцевальные ходы

- А) картульский ход
- Б) ход лезгинки

### Подготовка к вращениям

- поворот головы в сторону
- поворот на восемь тактов
- поворот на два такта

### Прыжки

- ноги в 6-й позиции
- с поджатыми ногами
- ноги в стороны

### **Второе полугодие**

#### **2. Основы классического танца**

1. Шаг на полную стопу (марш)
2. Шаг на высоких полупальцах
3. Скользящий шаг на полупальцах
4. Шаг с поднятием колена

#### **3. Основы народного (национального танца) у станка**

1. Постановка корпуса, головы
2. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я, 6-я
3. Поднятие на полупальцах на 4, 2 и 1 такт
4. Поочередные удары пальцами в пол
5. Картульская тройка
6. Гасма на 4 и 3 такта
7. 1-я ковырялка на 4 и 2 такта
8. 2-я ковырялка на 4 и 2 такта
9. Техиле: на 4 и 2 такта, а также на «раз» «и»

### Танцевальные ходы

1. Ход лезгинки
2. Картульский ход
3. 1-й горский
4. 2-й горский

### Танцевальные движения

1. 1-я ковырялка -руки 2-я позиция
2. 2-я ковырялка -руки 2-я позиция
4. Техиле: (характерные движения) 1 – на 4 такта, 2 – на 8 тактов
5. Круговая растяжка
6. Боковая растяжка

### Подготовка к вращениям

- поворот на 8 тактов
- поворот на 2 такта

### Пируэты

На право, на лево – руки в и/п по 2-й позиции.

### Шине

- на два такта
- на четыре такта

### Прыжки

- ноги вместе
- с поджатыми
- в сторону

### Позиции рук

1-я, 2-я, 3-я., хлопки руками.

**4. Итоговое занятие.** Повторение изученного материала.

## ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		теория	практика
1	Введение	1	
2	Основы классического танца	10	20
3	Основы народного (национального) танца		
	Подготовительные упражнения для изучения ходов	8	22
	Танцевальные движения	5	20
	Танцевальные ходы	4	22
	Вращения	6	24
4	Итоговое занятие		2
	Всего	34	110
	Общее количество часов	144	

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ



**3. Введение.** Основы национального танца, характер исполнения кавказских танцев.

#### **Первое полугодие:**

#### **4. Основы классического танца**

7. Постановка корпуса
8. Шаг на полную стопу (марш)
9. Шаг на высоких полупальцах
10. Скользящий шаг на высоких полупальцах
11. Шаг с поднятием колена
12. Шаг с поднятием колена с небольшим подскоком

#### **3. Основы народного (национального танца)**

##### Подготовительные упражнения народного танца.

11. Постановка корпуса.
12. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 6-я.
13. Позиции рук: руки в «кинжалы».
14. Поднятие на полупальцы: на 4 такта, на 2 такта, на 1 такт.
15. Исходное положение (и/п) стоять на полупальцах:
  - на каждый такт удар пальцами в пол правой и левой ногой
  - три поочередных удара «тройка» (картули).
16. И/п правая нога выдвинута вперед, касаясь пола полупальцами:
  - на каждый первый такт скольжением придвинуть ногу, на второй - скольжением выдвинуть
  - первый такт скольжением придвинуть, второй – скольжением выдвинуть, (3-й) левую ногу.
17. Поднятие на полупальцах на четыре такта.
18. Приседание на 6-й позиции на восемь, четыре и два такта.
19. Гасма на три такта.
20. Гасма на четыре такта.

##### Танцевальные движения

7. 1-я ковырялка: на четыре такта, на два такта
8. 2-я ковырялка: на четыре такта, на два такта
9. техиле: на четыре и два такта – у стонка:
  - техиле на 4 такта 1-е
  - техиле на 8 тактов 2-е

##### Танцевальные ходы

- А) картульский ход
- Б) ход лезгинки

### Подготовка к вращениям

- поворот головы в сторону
- поворот на восемь тактов
- поворот на два такта

### Прыжки

- ноги в 6-й позиции
- с поджатыми ногами
- ноги в стороны

### **Второе полугодие**

#### **2. Основы классического танца**

5. Шаг на полную стопу (марш)
6. Шаг на высоких полупальцах
7. Скользящий шаг на полупальцах
8. Шаг с поднятием колена

#### **3. Основы народного (национального танца) у станка**

10. Постановка корпуса, головы
11. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я, 6-я
12. Поднятие на полупальцах на 4, 2 и 1 такт
13. Поочередные удары пальцами в пол
14. Картульская тройка
15. Гасма на 4 и 3 такта
16. 1-я ковырялка на 4 и 2 такта
17. 2-я ковырялка на 4 и 2 такта
18. Техиле: на 4 и 2 такта, а также на «раз» «и»

### Танцевальные ходы

5. Ход лезгинки
6. Картульский ход
7. 1-й горский
8. 2-й горский

### Танцевальные движения

1. 1-я ковырялка -руки 2-я позиция
2. 2-я ковырялка -руки 2-я позиция
10. Техиле: (характерные движения) 1 – на 4 такта, 2 – на 8 тактов
11. Круговая растяжка
12. Боковая растяжка

### Подготовка к вращениям

- поворот на 8 тактов
- поворот на 2 такта

### Пируэты

На право, на лево – руки в и/п по 2-й позиции.

### Шине

- на два такта
- на четыре такта

### Прыжки

- ноги вместе
- с поджатыми
- в сторону

### Позиции рук

1-я, 2-я, 3-я., хлопки руками.

**4. Итоговое занятие.** Повторение изученного материала.

## ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		теория	практика
1	Классический танец	8	20
2	Народный танец		
	Движения народного танца	8	32
	Ходы народного танца	10	40
	Вращение	5	27
3	Постановка танцев	10	30
4	Национальный костюм, атрибутика	4	8
5	Концертная деятельность	2	10
6	Итоговое занятие		2
	Всего	47	169
	Общее количество часов	216	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Первое полугодие:

#### 1. Классический танец

1. Постановка корпуса и головы
2. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я, 6-я.
3. Demi plie – 1 и 2 позиции
4. Grand plie - 2, 4 и 5 позиции
5. Battement tendu – 3 позиция
6. Battement tendu jete – 3 позиция
7. Grand battement jete – 3 позиция
8. Растяжка – 1 позиция
9. Releve – 1 и 2 позиции
10. Releve на 4 и 2 такта

#### 2. Народный танец

##### Движения народного танца

1. Гасма (картули) – на 4 и 2 такта
2. Гасма (аджарская) – на 4 и 2 такта
3. Ковырялка: 1-я на 2 такта, 2-я на 2 такта
4. Техиле: 1-е – 4 такта, 2-е – 8 тактов, 3-е – 8, 6-й такт – пауза
5. Боковая растяжка
6. Круговая растяжка
7. Бадобар – 1 и 2 позиции рук

##### Танцевальные ходы

1. Ход лезгинки
2. Картульский ход
3. Горский ход – 1-й, 2-й
4. Ход ртула
5. Ход мухлура

##### Вращения

1. Пируэт
2. Шине

##### Прыжки

1. Ноги вместе
2. С поджатыми ногами
3. Ноги в стороны

### Второе полугодие:

## 1. Классический танец

1. Правильная постановка рук и ног, головы и корпуса у станка
2. Demi plie–1 и 2
3. Grand plie – 2, 3, 4, 5, 6
4. Battement tendu – 3, 5
5. Battement tendu jete – 3, 5
6. Grand battenent jete
7. Releve

## 2. Народный танец

### Движения народного танца

1. Гасма (картули) руки 2-я позиция
2. Гасма (аджарская) руки 1-я позиция
3. Кавырялка 1-я и 2-я
4. Акушинская кавырялка 1-я, 2-я, 3-я
5. Круговая растяжка
6. Боковая растяжка
7. Бадобар
8. Грузинская круговая растяжка - 1-я
9. Техиле 1-е, 2-е, 3-е
10. Движения горского танца:
  - 1-е на 8 тактов, при повороте стоят на 2 такта
  - 2-е на 8 тактов, при повороте стоят на 4 такта
  - 3-е на 4 такта, при повороте выброс пятки
  - 4-е на 2 такта

### Танцевальные ходы

1. Ход лезгинки
2. Картули
3. Ртула
4. Мухлура
5. Горский – 1-й, 2-й ход
6. Акушинский ход
7. Ход танца абизек – 1-й и 2-й
8. Осетинский ход:
  - 1-й 4 шага (прямой)
  - 2-й 3 шага
  - 3-й 3 шага с приставлением ноги

### Вращения

1. Пируэт
2. Турчик: - прямой  
- с поджатыми ногами
3. Шине

### Прыжки

1. Прямой
  2. Поджатый
  3. В стороны
- 4. Постановка танцев.** Сюжет. Постановка танца. Работа над техникой, единой манерой исполнения.
  - 5. Национальный костюм, атрибутика.** Особенности национального костюма разных народов. Функциональность костюма. Работа с атрибутами (женскими, мужскими), их использование в танце. Сольные партии с кинжалами, клинками.
  - 6. Концертная деятельность.** Правила работы на сцене. Сценическое пространство. Работа над артистизмом, сценическим образом в танце. Концерты на площадках города. Творческие поездки. Участие в фестивалях, конкурсах.
  - 7. Итоговое занятие.** Отчетный концерт. Анализ выступления.

## ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		теория	практика
1	Классический танец	8	20
2	Народный танец		
	Движения народного танца	8	32
	Ходы народного танца	10	40
	Вращение	5	27
3	Постановка танцев	10	30
4	Национальный костюм, атрибутика	4	8
5	Концертная деятельность	2	10
6	Итоговое занятие		2
	Всего	47	169
	Общее количество часов	216	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Первое полугодие:

#### 1. Классический танец

11. Постановка корпуса и головы
12. Позиции ног: 1-я, 2-я, 3-я, 4-я, 5-я, 6-я.
13. Demi plie – 1 и 2 позиции
14. Grand plie - 2, 4 и 5 позиции
15. Battement tendu – 3 позиция
16. Battement tendu jete – 3 позиция
17. Grand battement jete – 3 позиция
18. Растяжка – 1 позиция
19. Releve – 1 и 2 позиции
20. Releve на 4 и 2 такта

#### 2. Народный танец

##### Движения народного танца

8. Гасма (картули) – на 4 и 2 такта
9. Гасма (аджарская) – на 4 и 2 такта
10. Ковырялка: 1-я на 2 такта, 2-я на 2 такта
11. Техиле: 1-е – 4 такта, 2-е – 8 тактов, 3-е – 8, 6-й такт – пауза
12. Боковая растяжка
13. Круговая растяжка
14. Бадобар – 1 и 2 позиции рук

##### Танцевальные ходы

6. Ход лезгинки
7. Картульский ход
8. Горский ход – 1-й, 2-й
9. Ход ртула
10. Ход мухлура

##### Вращения

3. Пируэт
4. Шине

##### Прыжки

4. Ноги вместе
5. С поджатыми ногами
6. Ноги в стороны

### Второе полугодие:

**1. Классический танец**

8. Правильная постановка рук и ног, головы и корпуса у станка
9. Demi plie–1 и 2
10. Grand plie – 2, 3, 4, 5, 6
11. Battement tendu – 3, 5
12. Battement tendu jete – 3, 5
13. Grand battement jete
14. Releve

**2. Народный танец**Движения народного танца

11. Гасма (картули) руки 2-я позиция
12. Гасма (аджарская) руки 1-я позиция
13. Кавырялка 1-я и 2-я
14. Акушинская кавырялка 1-я, 2-я, 3-я
15. Круговая растяжка
16. Боковая растяжка
17. Бадобар
18. Грузинская круговая растяжка - 1-я
19. Техиле 1-е, 2-е, 3-е
20. Движения горского танца:
  - 1-е на 8 тактов, при повороте стоят на 2 такта
  - 2-е на 8 тактов, при повороте стоят на 4 такта
  - 3-е на 4 такта, при повороте выброс пятки
  - 4-е на 2 такта

Танцевальные ходы

9. Ход лезгинки
10. Картули
11. Ртула
12. Мухлура
13. Горский – 1-й, 2-й ход
14. Акушинский ход
15. Ход танца абизек – 1-й и 2-й
16. Осетинский ход:
  - 1-й 4 шага (прямой)
  - 2-й 3 шага
  - 3-й 3 шага с приставлением ноги

Вращения

4. Пируэт
5. Турчик: - прямой



- с поджатыми ногами

6. Шине

### Прыжки

8. Прямой

9. Поджатый

10. В стороны

**11. Постановка танцев.** Сюжет. Постановка танца. Работа над техникой, единой манерой исполнения.

**12. Национальный костюм, атрибутика.** Особенности национального костюма разных народов. Функциональность костюма. Работа с атрибутами (женскими, мужскими), их использование в танце. Сольные партии с кинжалами, клинками.

**13. Концертная деятельность.** Правила работы на сцене. Сценическое пространство. Работа над артистизмом, сценическим образом в танце. Концерты на площадках города. Творческие поездки. Участие в фестивалях, конкурсах.

**14. Итоговое занятие.** Отчетный концерт. Анализ выступления.

## ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		теория	практика
1	Классический танец	6	24
2	Народный танец		
	Упражнения народного танца	12	36
	Ходы народного танца	12	36
	Вращения, трюки	10	30
3	Постановка танцев	10	24
4	Концертная деятельность	2	12
5	Итоговое занятие		2
	Всего	52	164
	Общее количество часов	216	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## Первое полугодие:

### 1. Классический танец

1. Releve на 4 такта
2. Releve на 4 такта, с переменной ноги
3. Приседание на полупальцах на 16 тактов
4. Наклоны туловища вперед, назад и в стороны
5. Поворот головы
6. Battement tendu – 3-я позиция
7. Battement tendu jete– 3-я позиция
8. Grand battement jete– 3-я позиция
  - Растяжка ног
10. Releve 1и2 позиция

### 2. Народный танец.

#### Движения народного танца

1. Гасма /картули/
2. Гасма / аджарская/
  - гандаган
  - перхули /парца/
3. Кавырялка: мтиульская 1-я и 2-я  
акушинская
4. Кавырялка мтиульская
  - с пируэтом
  - с турчиком
5. Круговая растяжка
6. Боковая растяжка:
  - с пируэтом
  - с шине
  - на колено
7. Бадобар: с пируэтом, с шине, на коленях.
8. Мтиульские растяжки – 1-я, 2-я, 3-я
9. Движение городского танца:
  - техиле: 1-е, 2-е, 3-е, 4-е, 5-е, 6-е
10. Движение аджарского танца:
  - веревочка
  - 1-е с выбросом правой ноги на стопу
  - 2-е с выбросом правой ноги на пятку
  - 3-е правая нога на пятке и отход назад веревочкой
  - 4-е с приставлением правой ноги к левой
  - Концовка аджарского гандаган

Ходы народного танца

1. Картули
2. Лезгинка
3. Горский 1 и 2
4. Ртула
5. Мухлура
6. Аджарский
7. Акушинский
8. Абизек 1 и 2
9. Осетинский 1, 2, 3, 4

Вращения

1. Пируэт - одинарный  
- двойной
2. Турчик - одинарный  
- двойной  
- с поджатыми ногами одинарный
5. Шине

**Второе полугодие:****1. Классический танец.**

1. Поднятие на полупальцы: на 8, на 4, на 2 такта
2. Движение в три удара (тройка)
3. Demi plie
4. Grand plie: на 8, на 4, на 2, на 16 тактов
5. Battement tendu 3, 4, 5
6. Grand battement jete 3. 4, 5
7. Releve 1 и 2 позиции

**2. Народный танец.**Движения народного танца

## Юноши

1. Гасма: -картули  
-аджарская  
-парца  
-давлури
2. Кавырялка: - с пируэтом  
- с турчиком  
- с прыжком и отход назад
3. Круговая растяжка
4. Боковая растяжка: - с пируэтом

- с турчиком
- 5. Бадобар: - с пируэтом
  - с турчиком
- 6. Мтиульская растяжка: 1, 2, 3
- 7. Техиле: 1, 2, 3, 4, 5, 6
- 8. Аджарские движения: - веревочка
  - с хлопком
  - «тяпка»
  - финал гандогана

### Ходы народного танца

1. Картули
2. Лезгинка
3. Аджарский
4. Осетинский 1, 2, 3, 4, 5,
5. Абизек 1,2
6. Горский 1,2
7. Ртула
8. Мухлура

### Трюки

#### «Колено»

1. пируэт колено
2. Двойной пируэт колено
3. Тур колено
4. Двойной тур колено
5. Двойной пируэт, один тур колено
6. Двойной пируэт, двойной тур колено
7. Вращение на коленях
8. Шине на коленях
9. Двойной пируэт и одинарное вращение на колена
10. Двойное вращение на коленях

#### Девушки

1. Кавырялка мтиульская 1,2
2. Кавырялка акушинская 1, 2, 3, 4
3. Горские кавырялки 1, 2, 3
4. Движение в три удара полупальцами
5. Движение в сторону с полуприсиданием
6. Движение в сторону с полуприседанием и шине
7. Аджарские движения 1, 2, 3
8. Осетинские движения
9. Карачаево-Балкарские движения

10.Картульские движения

11.Самая

### Ходы народного танца

1. Лезгинка
2. Картули
3. Ртула
4. Горский ход на полупальцах и двойное шине
5. Абизек 1, 2 ход
6. Осетинский 1, 2, 3, 4 ход
7. Аджарский
8. Азербайджанский
9. Армянский

### Вращения

Пируэт - одинарный  
-двойной

Шине - на полупальцах  
- переступлением ног

Турчики - прямой  
-поджатый

### Трюки

1. Ход на пальцах
2. Ход на три такта
3. Прыжки на пальцах
4. Стояние на пальцах правой и левой ног
5. Шине на пальцах
6. **Постановка танцев.** Сюжет. Постановка танца. Работа над техникой, единой манерой исполнения. Горский танец. Армянский танец. Азербайджанский танец.
7. **Концертная деятельность.** Работа над артистизмом, сценическим образом в танце. Концерты на площадках города. Творческие поездки. Участие в фестивалях, конкурсах.
8. **Итоговое занятие.** Отчетный концерт. Анализ выступления.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Дополнительная образовательная программа образцового ансамблей «Сихарули», «Казбек» основана на принципах доступности, учета возрастных и физиологических особенностей детей, связи теории с практикой, систематичности, личностно-ориентированный подход.

При постановке танцев используется в качестве наглядности видеотека с концертами профессиональных и самодеятельных коллективов. Съемка концертов ансамблей «Сихарули», «Казбек» дает возможность провести анализ выступлений, совершенствовать свое мастерство. Для расширения танцевального кругозора учащиеся посещают «живые» концерты профессиональных коллективов, приезжающих в Ставрополь, например, ГАТ «Эльбрус», «Исламей»

Для реализации программы требуется хорошая материальная база: хореографический зал - 2, музыкальные инструменты, костюмы и концертный реквизит. Для занятийнеобходим

Для обеспечения концертной программы ансамбли «Сихарули» и «Казбек» имеют национальные костюмы, разработанные на основе традиционной национальной одежды. Например, мужской комплект составляют черкески, папахи, бурки, кабалахи (головной убор), кинжалы, сабли. Женский - комплекты женских костюмов на каждый номер, различные платки, шарфы, кожаные туфли на невысоком каблуке, кабалахи, стаканчики («Азербайджанский»).

## РЕПЕРТУАР

1. Аджарский танец
2. Горский танец
3. Армянский танец
4. Азербайджанский танец
5. Осетинский танец
6. Клинковой танец
7. Платок мира
8. Хореографическая композиция «Молодость гор»
9. Шуточный танец «Женатый холостяк»
10. Казбекури
11. Кинтоури
12. Самая
13. Танец с кувшинами
14. Давлури
15. Даири

## ЛИТЕРАТУРА

1. Джавришвили Д.Л. Грузинские народные танцы, 1975.
2. Молостов Б.Е. Народные танцы Карачаево-Черкессии, Черкесск, 1990.
3. Акопян В.Л. Армянские народные танцы, 1972.
4. Качество образования как социальная проблема: Материалы региональной научной конференции, Ставрополь: Изд-во СГУ, 2002.
5. Этнические проблемы современности. Выпуск 7: Проблемы культуры межнационального общения и межкультурной коммуникации, Ставрополь: Изд-во СГУ, 2001.
6. Видеофильмы о выступлениях хореографических коллективов: «Казбек», «Сихарули» и др.