структурное подразделение
государственного бюджетного образовательного учреждения Самарской области
средней общеобразовательной школы «Образовательный центр» с.Богатое муниципального района Богатовский Самарской области имени
Героя Советского Союза Павлова Валентина Васильевича Центр внешкольной работы

План-конспект занятия
«Татарский танец «Сабантуй»

Разработала:
педагог дополнительного образования
Гребенюк А.С.

С.Богатое 2020

План-конспект занятия татарский танец

«Сабантуй» Группа 4-го г.об.

Тема: Татарский танец «Сабантуй».

***Цель занятия*:** Привить воспитанникам любовь и интерес к культуре посредством татарского народного танца.

Задачи:

Образовательные:

1.Разучить татарские движения под музыку (разминка, основные движения композиции «Сабантуй»).

2. Сформировать общие понятия об основных движениях татарского народного танца у воспитанников.

3. Познакомить с основными видами татарского народного танца.

4. Разучить композиции танца «Сабантуй».

5. Привить характерную манеру исполнения татарского танца.

Развивающие:

1.Развивать умения пластичности, грациозности, синхронности в движениях.

2.Формировать умения самостоятельного выражения движений под музыку.

3. Познакомить с творчеством Государственным ордена Дружбы народов ансамблем песни и танца Республики Татарстан.

Воспитательные:

1.Воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

2.Формировать интерес и уважительное отношение к культурному наследию и ценностям народов России.

3. Мотивировать учащихся к организации содержательного культурного досуга.

4.Расширять общий культурный кругозор, танцевальный вкус.

Методы активизации детей:

1.Словесные.

2.Наглядные.

3.Игровые.

4.Мотивационные.

Предполагаемый результат:

1.Появится интерес к занятиям хореографией.

2.Приобретут умения ритмических движений под музыку.

3.Научатся взаимодействовать друг с другом.

4.Научатся исполнять танцевальную композицию «Сабантуй»

Форма занятия: групповая

Место проведения: ЦВР с.Богатое, хореографический класс

Возраст учащихся: 10-12 лет

Продолжительность занятия: 2 занятия по 40 минут.

Материально – техническое обеспечение урока:

- презентация «Татарский костюм»;
- музыкальный центр;
- рушники, подушки, тюбетейка, ведра.

Ход занятия

Часть урока	Содержание деятельности	Время	Поставленные задачи	Использование ИКТ	Организационно-методические рекомендации
1.Орг. момент.	- Проверка техники безопасности: строгое соблюдение форменной одежды, начало выполнения движений по команде и под контролем педагога-хореографа. - Поклон педагогу.	5	концентрация внимания		Информация об отсутствующих Широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние

	- Обозначение темы и цели урока. - Рассказ о значимости изучения различных национальных культур.				мотивы
2. Основная часть.	**1. Разминка** *Экзерсис у станка:* Упражнения для развития подвижности стопы: •demiplies, grandplies (маленькое, большое приседание) в характере татарского танца. •battementtendu (скольжение ногой по полу) в характере русского танца. •Battementgete (бросок ноги на 45) в характере татарского танца. •rondsdejambs (круговые движения ногой по полу) в характере русского танца. •каблучные упражнения в характере русского танца •grandsbattement. Перед началом народного станка педагог опрашивает воспитанников об отличии народного станка от классического. Дети четко и подробно отвечают на поставленные вопросы педагога, тем самым напоминая себе о правильности и характере исполнения народных комбинаций у станка. После исполнения детьми каждой комбинации педагог проводит краткий анализ работы с выявлением ошибок сделанных воспитанниками. **2. На середине** *Теоретическая часть*	20 мин 10	Задачи: - правильная осанка, - постановка головы, -позиции рук, -грамотное выполнении движений у воспитанников.	- просмотр слайдов на тему «Татарский национальный костюм»	Педагог ставит задачу перед учащимися точного повторения показываемых им упражнений. Выполнение задания в группе обычно проходит неравномерно, поэтому необходимо в течение всего занятия проводить индивидуальную работу с учащимися дополнительно объяснить и показать задание. Развитие чувства прекрасного на

	- Рассказ о значимости изучения различных национальных культур. *Практическая часть* - показ татарской национальной лексики по линиям и в продвижении (Приложение1); - изучение комбинаций на основе национальных движений татарского танца; - изучение национальной лексики в парах (Приложение2); - просмотр видеоматериала. - соединение изученных движений в танцевальную комбинацию; - татарские игры на развитие внимания, ориентировки в пространстве, укрепление мышц ног.	40	- показать основные элементы татарского народного танца, - привить характерную манеру исполнения. - познакомить с основными видами татарского народного танца. -познакомить с праздником Сабантуй и играми («Куреш», бои подушками, бег с коромыслами, перетягивание каната).	Государственный ордена Дружбы народов ансамбль песни и танца Республики Татарстан.	основе знакомства с музыкальным материалом
3. Заключительная часть	Подведение итогов. Закрепление знаний, полученных на уроке о культуре татарского народа. Поклон педагогу	5	-развитие чувства ответственности за конечный результат		Педагог указывает каждому ребёнку на недочёты в выполненной работе, даёт рекомендации. Педагог сообщает учащимся о плане работы на

			-умение планировать предстоящую работу		следующее занятие

Приложение 1

Элементы татарского народного танца (муз. разм. 2/4, 4/4).

1.Переменный шаг с прыжком. Муз. размер. 2/4. Исполняется на 2 такт. Исход. поз.:6 позиция.

Затакт – слегка сесть на обеих ногах.

На «раз» - сделать небольшой прыжок вперед на пр.н., перенося на нее тяжесть корпуса, лев. н., согнутую в колене, немного приподнять от пола; «и» - переступить на полупальцы левой ноги , поставив ее сзади пр. н.; «два» - сделать небольшой шаг пр.н., вперед; «и» - левой ноги, вывести вперед, немного приподняв от пола. Движение продолжается с левой ноги. Корпус слегка наклонен вперед. Движение исполняется как стремительный бег. Девушка может исполнять его вместе с юношей.

2. Первый дробный шаг. Муз.размер. 2/4. Исполняется на 1 такт. Исход. поз.:6 позиция.

На счет «раз» - сделать шаг пр. н. вперед на низкие полу - пальцы; «и» - ударить каблуком лев. н. рядом с пр. н. приподняв носок вверх; «два» - сделать шаг лев.н. на низкие полу – пальцы; «и» - ударить каблуком пр.н. рядом с лев.н. приподняв носок вверх. Исполнять вместе с юношей.

3.Припадание. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт. Исход. поз.:3 позиция.

Затакт - вывести правую ногу вправо, слегка приподняв ее от пола.

На «раз» - опуститься на правую ногу (с носка на пятку), левую, согнутую в

колене, повести к щиколотке правой сзади; «и» - переступить на полу -пальцы левой ноги, правую ногу вывести вправо, выпрямляя колено и отделив носок от пола; «два - и» - повторить движение, исполнявшееся на счет «раз - и».

Движение может исполняться в повороте.

4.Подскоки с переступаниями (двойной битек). Муз.раз. 2/4. Исполняется на 2 такта. Исход. поз.: 6 позиция.

1-й такт: на счет «раз» - сделать легкий подскок на полу - пальцах левой ноги. Одновременно правую ногу отделить от пола «и» - переступить на полу- пальцы правой ноги накрест, впереди левой, левую ногу отделить от пола, «два» - переступить на полу - пальцы левой ноги; «и» - пауза.

2-й такт: на счет «раз» сделать легкий подскок на полу - пальцах левой ноги; правую ногу отделить от пола и вывести вправо; «и» - переступит на полу - пальцы правой ноги; «два» - переступит на полу - пальцы левой ноги; «и» - пауза.

Движение исполняется на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону и в повороте.

5.Основной ход. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

На счет «раз»- с прыжка правоя нога ставится на каблук; «и» - прыгнуть на правую ногу, левую сзади согнуть в колене; «два» - подскочит на правой ноге, левую ногу подставит на каблук; «и» - перскочить на левую ногу , правую, согнутую в колене, поднять сзади левой ноги/

6.Татарский ход. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт. Ноги в шестой позиции, но правая нога ставится впереди левой ноги в одну прямую линию.

На счет «раз» - носок правой ноги отвести влево, пятку левой – тоже влево; «и» - носок правой ноги отвести вправо: пятку левой ноги тоже вправо, т.е. пятую позицию; «два» - пятку правой ноги отвести влево, левую ногу вывести вперед так, чтобы пятка левой ноги касалась носка правой, носок левой ноги направлен вправо; «и» - поставить ноги в пятую позицию, левая нога впереди правой.

7. Бурма. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - шаг на левую ногу; «и» - правую ногу поставить на каблук

впереди левой; «два» - удар левой ноги; «и» - пауза.

8.Ковырялочка. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 2 такт.

1-й такт: на счет «раз – и»- подскочить на левой ноге, одновременно правую ногу поставить вправо на носок, пяткой вверх; «два – и» - подскочить на левой ноге, одновременно правую ногу поставить вправо на каблук.

2-й такт: на счет «раз – и» - подскочит на левой ноге, правую ногу, согнутую в колене, поднять сзади левой; «два – и» - подскочить на левой ноге, правую ногу вывести вперед, вытянув в колене и в подъеме.

9.Бег вперед. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» сделать соскок на правую ногу, левую согнуть в колене и поднять сзади правой; «и» - подскочить на правой ноге, левую ногу вытянуть в колене и вывести вперед; «два» - сделать соскок на левую ногу, правую согнуть в колене и поднять сзади левой; «и» - подскочить на левой ноге, правую ногу вытянуть в колене и вывести вперед.

10.Ход в сторону. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - поставить правую ногу на каблук впереди левой, вес тела перенести на правую ногу; «и» - переступить на левую ногу, обе руки параллельно поднять вперед, согнув в локтях, ладонями вниз; «два» - переступить на носок правой ноги, корпус перенести на правую ногу; «и» - переступить на левую ногу, обе руки опустить а подготовительную позицию.

11. Ход с каблука. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» - сделать шаг вперед правой ногой на каблук, носок поднять вверх; «и» - носком левой ноги «придавить» носок правой к полу; «два» - шаг вперед левой ногой на каблук, носок поднять вверх; «и» - носком правой ноги «придавить» носком левой к полу.

Дроби. Дробь в татарском танце исполняется не сильно, девушки исполняют ее особенно нежно и мягко. В татарском танце это одно из основных движений. Исполнитель может начинать танцевальную комбинацию с дроби и заканчивать ее дробью.

12.Дробь. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

Затакт – правую ногу приподнять от пола.

1-й такт: на счет «раз» поставить правую ногу на пол, ударив всей ступней, левую ногу немного приподнять от пола; «и» - поставить левую ногу на пол, ударив всей ступней, правую отделить от пола; «два» - поставить правую ногу, ударив всей ступней; «и» - пауза.

13.Первый дробный ход. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

1-й такт: на счет «раз» сделать небольшой шаг вперед правой ногой, слегка согнув ее в колене, ударяя об пол сначала каблуком, затем носком; «и» - повторить исполненное на «раз» с левой ноги; «два – и» - повторить исполненное на «раз - и».

14.Второй дробный ход. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

Затакт – сделать небольшой подскок на левой ноге.

На счет «раз – и» - сделать два притопа правой ногой в шестой позиции, приставит левую ногу к правой ноге; «два – и» - повторить исполненное на «раз – и».

15.Третий дробный ход. Муз.раз. 2/4. Исполняется на 1 такт.

На счет «раз» подскочить на левой ноге, одновременно приподнять правую ногу, повернув колено внутрь, и опустить ее на полупальцы возле левой ноги; «и» - опустить пятку правой ноги, носок приподнять, одновременно развернуть его вправо, опуститься на всю ступню; «два» - с акцентом притопнуть левой ногой, поставить ее рядом с правой ногой; «и» - пауза.

Приложение 2

Первая фигура. Выход девушек (48 тактов)

А (16 тактов)

Такты 1-8: от группы девушек, стоящих у точки 6, отделяется одна и "первым ходом" (движение 1) продвигается по кругу (схема 15.1), держа в руках уголки головного платка (рис.110).

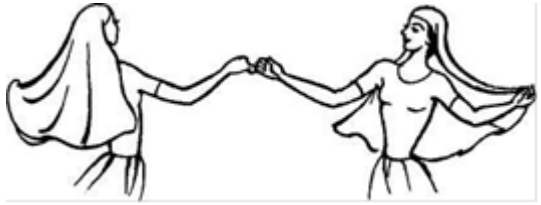
Такты 9-12: остановившись в центре зала, девушка "припаданием" (движение 2) на правую ногу быстро вращается на месте вправо (схема 15.2).

Такты 13-15: развернувшись через правое плечо, направляется "первым ходом" (движение 1) к точке 4 (схема 15.3).

Такт 16: исполняет "притоп" (движение 3), легким поклоном приглашая на танец вторую девушку. А (16 тактов, проигрывается второй раз)

Такты 1 - 4: вторая девушка выходит навстречу первой, исполняя "первый ход" (движение 1). Она также держит в руках уголки платка. Первая девушка отступает к центру зала (схема 15.4), исполняя "второй ход" (движение 4).

Такты 5-8: обе девушки, исполняя "первый ход" (движение 1), делают "до-за-до".



Такты 9-12: соединив правые руки, согнутые в локтях, и зацепившись правыми мизинцами, девушки вращаются в паре по часовой стрелке. Корпус немного наклонен вперед, головы повернуты лицом друг к другу.

Такты 13-15: обе девушки "первым ходом" (движение 1) направляются в разные стороны - первая к точке 6, вторая к точке 2 (схема 15.5).

Такт 16: исполняют "притоп" (движение 3), поклоном приглашая на танец остальных.

А (16 тактов, проигрывается третий раз) Такты 1-7: первая и вторая девушки разворачиваются и "первым ходом" (движение 1) стремительно бегут по кругу. За каждой из них двигаются еще три девушки (схема 15.6), держа в руках уголки головного платка. Корпус во время движениянаклонен вперед. В конце 7-го такта девушки встречаются в центре зала.

Такт 8: исполняют "притоп" (движение 3), образуя прямую линию, причем четыре девушки поворачиваются к точке 1, а остальные - к точке 5. Такты 9-15: все тем же движением продвигаются шеренгой по часовой стрелке (схема 15.7). Такт 16: останавливаются по диагонали. Четыре девушки, стоящие спиной, делают пол поворота вправо, и все исполняют "притоп".

Вторая фигура. Выход юношей (16 тактов)

Б (16 тактов)

Такты 1-8: юноши выстраиваются друг за другом и продвигаются по диагонали впереди девушек (схема 15.8), исполняя "второй ход" (движение 4). Девушки убегают к левой стороне зала, собираются в кружок, затем быстро выстраиваются в прямую линию (схема 15.9).

Такты 9-15: юноши "вторым ходом" (движение 4) направляются к девушкам (схема 15.9). Такт 16: исполняют "притоп" (движение 3), легким поклоном приглашая девушек на танец.

Третья фигура. Первый общий танец (32 такта)

В (16 тактов)

Такты 1-4: девушки и юноши парами продвигаются по кругу (схема 15.10). Юноши исполняют "второй ход", девушки - "первый ход".

Такты 5-8: девушки продолжают движение вперед, а юноши исполняют "боковые шаги" (движение 6), заглядывая девушкам в лицо то справа, то слева.

Такты 9-16: повторяются движения 1-8-го тактов.

В (16 тактов, проигрывается второй раз)

Такты 1-4: повернувшись лицом друг к другу (схема 15.11), девушки и юноши исполняют "хлопки в ладоши" (движение 7).

Такты 5-8: все попарно подхватывают друг друга под правые руки и вращаются на месте по часовой стрелке, исполняя "первый ход" (движение 1).

Такты 9-12: повторяют движения 1-4-го тактов. Такты 13-16: исполняют то же, что на 5-8-й такты, вращаясь в другую сторону и подхватив друг друга под левые руки.

Четвертая фигура. Первый танец девушек (16 тактов)

А (16 тактов)

Такты 1-4: девушки "первым ходом" (движение 1) сбегаются к центру зала и продвигаются по кругу против часовой стрелки (схема 15.12).

Такты 5-8: раскрывают круг на две линии лицом к точке 1 и исполняют "притоп" (движение 3).

Такты 9-14: исполняют "вращение на припадании" (движение 2) вправо и "притоп" (движение 3, схема 15.13).

Такты 15-16: "первым ходом" (движение 1) девушки разбегаются на полукруг (схема 15.14). Во время танца девушек юноши на 1 - 4-й такты выходят из круга, выполняя "второй ход" (движение 4): четверо идут к правой стороне зала, четверо - к левой. Затем они меняются местами, продвигаясь по полукругу (схема 15.12).

На 5-8-й такты юноши исполняют на месте "поворот с подскоком на одной ноге" (движение 8).

На 9-12-й такты "вторым ходом" (движение 4) они вновь меняются местами, двигаясь по полукругу (схема 15.13).

На 13 - 14-й такты исполняют "поворот с подскоком на одной ноге" (движение 8), а вместо "притопа" на 15-16-й такты выбегают на середину зала (схема 15.14).

Пятая фигура. Первый танец юношей (16 тактов)

Б (16 тактов)

Такты 1-8: юноши исполняют "первую комбинацию" (движение 9) в двух линиях лицом к точке 1 (схема 15.15).

Такты 9-16: исполняют "первую комбинацию" еще раз, заканчивая ее "подскоками на одной ноге" в другую сторону.

Девушки на 1-4-й такты "припаданием накрест" (движение 11) продвигаются по полукругу (схема 15.15), одной рукой держа уголок платка, другой - край фартука.

На 5-8-й такты продвигаются в обратном направлении до своих мест. На 9-14 такты исполняют "вращение на припадании" (движение 2) на месте. На 15-16 такты девушки выбегают на середину зала. (схема 15.16).

Шестая фигура. Второй общий танец (16 тактов)

Б (16 тактов)

Такты 1-4: все исполнители парами (девушки справа) продвигаются по кругу (схема 15.19). Девушки идут "первым ходом" (движение 1), в левой руке - уголок платка, в правой - край фартука. Юноши идут "вторым ходом" (движение 4), руки отведены за спину и лежат тыльной стороной ладони на поясе под камзолом.

Такты 5-8: юноши на месте выполняют "присядку" (движение 13), а девушки "первым ходом" (движение 1) обходят их (рис.119). Такты 9-16: повторяются движения 1-8-го тактов 8-й фигуры.

Седьмая фигура. Уход (16 тактов)

В (16 тактов)

Такты 1 - 16: пара, находящаяся у точки 4, начинает уход по диагонали в сторону точки 8 (схема 15.20). Девушки 2 такта идут "первым ходом" (движение 1), 2 такта "вторым ходом" (движение 4), делая при этом полный поворот вправо и т.д. Юноши 2 такта продвигаются "вторым ходом" (движение 4), 2 такта "боковой дорожкой" (см.2-й такт движения 10 - исполнить два раза), повернувшись лицом к девушкам и раскрыв руки в стороны и т.д.

Описание движений

Движение 1 (первый ход)

Исходное положение: встать в I прямую позицию. Затакт:

и - опуститься в небольшое-приседание, приподнимая правую ногу невысоко вперед. Такт 1:

раз - сделать небольшой прыжок на правую ногу вперед, отделяя левую от пола;

и - переступить на полупальцы левой ноги чуть впереди правой; *два* - небольшой шаг правой ногой вперед;

и - провести левую ногу невысоко вперед.

Такт 2: движение исполнить с левой ноги.

Ход выполняется легко, с быстрым продвижением вперед.

Движение 2 (припадание)

Исходное положение: встать в III открытую позицию, правая нога впереди.

Затакт:

и - приподнять правую ногу невысоко вправо.

Такт 1:

раз - встать на правую ногу, подводя левую ступню сзади к щиколотке опорной ноги. Обе ноги согнуть в коленях;

и - встать на полупальцы левой ноги, приподнимая правую ногу невысоко вправо. Ноги в коленях вытянуть;

два-и - то же, что на "раз-и".

Движение исполнять мягко, без рывков, с продвижением с правой ноги вправо, с левой - влево, а также на месте с вращением (два "припадания" на один поворот).

Движение 3 (притоп)

Исходное положение: встать в I прямую позицию. Затакт:

и - приподнять правую ногу рядом с левой. Такт 1:

раз - притопнуть правой ногой, приподнимая левую ногу рядом с правой; *и* - притопнуть левой ногой, приподнимая правую ногу рядом с левой; *два* - притопнуть правой ногой; *и* - пауза.

"Притоп" можно исполнять с правой или с левой ноги.

Движение 4 (второй ход)

Исходное положение: встать в I прямую позицию, слегка согнув ноги в коленях. Затакт:

и - приподнять левую ногу рядом с правой. Такт 1:

раз - сделать легкий прыжок на левую ногу, приподнимая правую ногу рядом с левой. Правую руку согнуть в локте, левую опустить вниз и отвести немного назад. Кисти рук собрать в кулак. Корпус и голову повернуть вправо;

и - поставить правую ногу на ребро каблука вперед, чуть приподнимая левую ногу;

два - встать на всю ступню левой ноги;

и - приподнять правую ногу рядом с левой. Такт 2:

раз - легко перескочить на правую ногу, чуть приподнимая левую рядом с правой. Левую руку согнуть в локте. Правую руку опустить вниз и отвести немного назад. Кисти рук собрать в кулак. Корпус повернуть влево;

и - поставить левую ногу на ребро каблука вперед, приподнимая правую ногу;

два - встать на всю ступню правой ноги;

и - пауза.

Движение можно исполнять на месте и с продвижением вперед или назад.

Движение 5

(переступания на каблук и полупальцы)

Исходное положение: встать в I прямую позицию, слегка согнув ноги в коленях. Такт 1:

раз - поставить правую ногу на ребро каблука вперед; *и* - отделить ступню левой ноги от пола, переводя тяжесть корпуса на правую ногу;

два - переступить на всю ступню левой ноги;

и - приподнять правую ногу рядом с левой. Такт 2:

раз - поставить правую ногу на низкие полупальцы рядом с левой ногой; *и* - отделить ступню левой ноги от пола, переводя тяжесть корпуса на правую ногу;

два - переступить на всю ступню левой ноги;

и - приподнять правую ногу рядом с левой.

Такт 3: то же, что на 1-й такт. Такт 4:

раз - притопнуть правой ногой рядом с левой;

и - приподнять левую ногу рядом с правой;

два - ударить левой ногой рядом с правой; *и* - пауза.

Движение можно исполнять с правой ноги с продвижением вправо, с левой - влево.

Движение 6 (боковые шаги)

Исходное положение: встать в I прямую позицию, слегка согнув ноги в коленях.

Такт 1:

раз-и - шаг правой ногой вперед-вправо;

два-и - шаг левой ногой вперед-вправо. Такт 2:

раз-и - поставить правую ногу на ребро каблука вперед-вправо; *два-и* - исполнить соскок с каблука на всю ступню правой ноги, приседая на ней. Колено отвести влево. Корпус наклонить вправо. Голову повернуть влево, заглядывая девушке в лицо.

Такты 3-4: движение исполнить с левой ноги влево.

Движение 7 (хлопки в ладоши)

Исходное положение: встать попарно лицом друг к другу. Ноги в I прямой позиции. Руки согнуть в локтях.

Такт 1:

раз-и - хлопок в свои ладоши;

два-и - хлопок правой рукой по правой руке партнера.

Такт 2:

раз-и - хлопок в свои ладоши; -

два-и - хлопок левой рукой по левой

руке партнера.

Такт 3:

раз-и - хлопок в свои ладоши.

два-и - хлопок в ладоши друг друга.

Такт 4:

раз-и-два - три хлопка в свои ладоши;

и - пауза.

Движение 8

(поворот с подскоком на одной ноге)

Исходное положение: встать в I прямую позицию.

Такт 1:

раз-и - исполнить соскок во II открытую позицию, опускаясь в полуприседание. Руки раскрыть в стороны ладонями вверх;

два-и - перескочить на правую ногу, приподнимая левую, согнутую в колене, вперед. Колено отвести влево. Руки положить за спину. Корпус слегка отклонить на зад.

Такт 2:

раз-и - подскочить на правой ноге, делая полповорота вправо. Положение левой ноги не менять;

два-и - подскочить на правой ноге, заканчивая полный поворот вправо. Положение левой ноги то же. Такт 3:

раз - перескочить на левую ногу, приподнимая правую ногу рядом с левой. Колени направлены вперед; *и* - поставить правую ногу на ребро каблука вперед, отделяя левую ногу от пола;

два - переступить на всю ступню левой ноги;

и - приподнять правую ногу рядом с левой.

Такт 4:

раз-и-два - "притоп";

и - пауза.

Движение 9

(первая комбинация юношей)

Исходное положение: встать в I открытую позицию.

Такт 1:

раз-и - исполнить соскок во II открытую позицию, опускаясь в полуприседание. Руки раскрыть в стороны ладонями вверх;

два-и - перескочить на правую ногу, исполняя хлопок над головой. Левую ногу приподнять назад-влево. Колено направить влево. Корпус и голову повернуть вправо.

Такт 2:

раз-и - то же, что на "раз-и" 1-го такта;

два-и - перескочить на левую ногу, исполняя хлопок над головой. Правую ногу приподнять назад - вправо. Корпус и голову повернуть влево.

Такты 3-4: повторить движения 1 - 2-го тактов.

Такт 5:

раз - встать на правую ногу, сгибая ее в колене. Руки раскрыть в стороны;

и - поставить левую ногу на ребро каблука вперед-влево и вытянуть в колене. Руки, слегка согнутые в локтях, отвести вправо-вверх. Голову повернуть влево;

два - переступить правой ногой на месте;

и - поставить левую ногу на полупальцы к середине ступни правой ноги и чуть согнуть ноги в коленях.

Такт 6:

раз - переступить правой ногой на месте;

и - поставить левую ногу на ребро каблука вперед-влево; *два* - переступить правой ногой на месте;

и - поставить левую ногу на полупальцы к середине ступни правой ноги.

Такты 7-8: повторить движения 5-6-го тактов. Корпус во время пе-реступаний постепенно наклонять влево.

Движение 10

(вторая комбинация для юношей)

Исходное положение: встать в I свободную позицию. Руки раскрыть в стороны. Ладони повернуть вниз и чуть приподнять.

Такт 1:

раз-и - исполнить легкий прыжок на левую ногу влево, сгибая правую в колене. Левую ногу также согнуть в колене. Колено правой ноги сильно повернуть влево. Ступня правой ноги - у колена левой;

два - подскочить на левой ноге, поворачивая колено правой ноги вправо; *и* - вытянуть правую ногу вправо.

Такт 2:

раз-и - сделать беглый шаг правой ногой вправо, подводя левую ступню к щиколотке опорной сзади. Колени в выворотном положении; *два-и* - встать на левую ногу, открывая правую ногу невысоко вправо.

Такт 3:

раз - перескочить на правую ногу вправо, подводя левую ногу к правой. Колени направлены вперед. Руки - за спиной;

и - поставить левую ногу на ребро каблука вперед - вправо, начиная поворот вправо;

два - переступить правой ногой; *и* - приподнять левую ногу рядом с правой. Такт 4:

раз - перескочить на левую ногу, приподнимая правую рядом с левой и заканчивая поворот вправо; *и* - поставить правую ногу на ребро каблука вперед;

два - переступить левой ногой на месте;

и - пауза.

Такты 5-8: исполнить движения 1-4-го тактов с другой ноги.

Движение 11 (припадание накрест)

Исходное положение: встать в III открытую позицию, правая нога впереди.3 а т а к т:

и - приподнять правую ногу невысоко вправо.

Такт 1:

раз - встать на правую ногу впереди левой, приседая на ней. Левую ногу слегка отделить от пола. Корпус и голову наклонить влево;

и - переступить на полупальцы левой ноги сзади правой, слегка отделяя правую от пола;

два-и - то же, что на "раз-и".

Движение исполнять с правой ноги влево, с левой - вправо.

Движение 12 (гармошка)

Исходное положение: встать в I свободную позицию.

Затакт:

и - слегка отделить от пола пятку правой и носок левой ноги.

Такт 1:

раз - соединить носки, отводя правую

пятку вправо и подводя левый носок к

правому;

и - отделить от пола левую пятку и

правый носок;

два - соединить пятки, отводя правый

носок вправо и подводя левую пятку к

правой;

и - пауза.

"Гармошка" исполняется с продвижением вправо или влево.

Движение 13 (присядка)

Исходное положение: встать в I прямую позицию. Руки свободно опустить вдоль корпуса.

Такт 1: *раз-и* - с легкого подскока опуститься в полное приседание на полупальцы обеих ног. Правую руку согнуть в локте, левую опустить вниз и отвести немного назад*два-и* - подскочить на обеих ногах. Левую руку согнуть в локте, правую опустить вниз и отвести немного назад.