

Администрация города Искитима Новосибирской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр дополнительного образования»
города Искитима Новосибирской области

Рассмотрена и одобрена
на заседании педагогического совета
(протокол № 1 от «09» сентября 2026 года)



Утверждаю
Директор МБОУ ДО ЦДО
М. И. Курдюмова
(приказ 43-т от 11.09.26)



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«ТАНЕЦ – ЭТО МЫ!»
образцового детского коллектива Новосибирской области
хореографического ансамбля «Серпантин»

Срок реализации: 3 года

Возраст детей: 15-18 лет

Уровень: углубленный

Авторы-составители:

педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Колотова Нина Владимировна

г. Искитим
2026

Оглавление

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танец – это мы!»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Актуальность, нормативно-правовое обеспечение программы	3
1.1.2. Теоретическая новизна, практическая значимость программы	4
1.1.3. Отличительные особенности программы	4
1.1.4. Адресат программы и особенности набора обучающихся	4
1.1.5. Объем, срок освоения программы	5
1.1.6. Формы обучения и виды занятий	5
1.2. Цели и задачи	5
1.3. Содержание программы	6
1.3.1. Учебный план	6
1.3.2. Содержание учебного плана	7
1.3.3. Планируемый результат освоения дополнительной общеобразовательной программы	13
II. Комплекс организационно-педагогических условий	15
2.1. Календарный учебный график	15
2.2. Условия реализации программы	15
2.3. Формы аттестации	16
2.4. Оценочные материалы	16
2.5. Методико-дидактический комплекс	18
2.6. Программа воспитания	19
III. Список литературы	23
IV. Приложения	
4.1 Национальности и их особенности	23
4.2 Календарно-тематическое планирование	42

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танец – это мы!»

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Актуальность, нормативно-правовое обеспечение программы

Хореография способствует гармоничному развитию детей, учит их красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость.

Задача предмета привить детям любовь к танцу, соразмерно сформировать их танцевальные способности: развить чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку, танцевальную выразительность, координацию движений, ориентировку в пространстве, воспитать художественный вкус, интересы.

Движение – естественная потребность человека с момента его развития. Дети по природе своей подвижны, восприимчивы к музыке, не скрывают своих эмоций, для них танец – естественное состояние души и тела. Он помогает детям раскрепостить внутренние силы, дает выход спонтанному чувству танцевального движения, позволяет почувствовать свою национальную принадлежность.

Специфика хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но и физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога-хореографа – воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Данная программа направлена на воспитание и развитие у детей танцевальной техники. Она включает в себе возможности для всестороннего развития личности ребенка.

Данная программа имеет *художественную направленность*, поскольку решает задачи художественно-эстетического развития учащихся старшего школьного возраста средствами классического, народно-сценического и современного танцев.

При разработке программы учитывались следующие нормативно-правовые документы:

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.
- Изменения, которые вносятся в Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства РФ от 1 июля 2025 г. № 1745-р.
- СанПиНы СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организации, воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 65 н «Об утверждении профессионального стандарта педагог дополнительного образования детей и взрослых» (вступил в силу с 01.09.2022).
- Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования» города Искитима Новосибирской области.

1.1.2. Теоретическая новизна, практическая значимость программы

«Танец – это мы!» отличается особенностью несения социального характера: через танцевальное искусство происходит передача духовно-нравственного опыта человека, запросом со стороны обучающихся на программы художественного развития школьников, особой ролью танца в образовательной системе. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения. Всё это помогает психологической адаптации ребенка в коллективе и в обществе.

Для обучающихся наиболее привлекательным элементом является участие в мероприятиях, а также конкурсах и фестивалях. Эта творческая деятельность, направленная на социализацию и развитие коммуникативных способностей, актуальна в современных условиях, так как появляются необходимые условия для осознания себя в качестве личности и повышения самооценки.

Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, не в формировании сроков и темпов, а прежде всего в том, чтобы создать каждому ребенку все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей в этом и состоит **теоретическая новизна** данной программы.

Практическая значимость заключается в комплексном процессе занятий, развивающих определенные физические качества: увеличивается подвижность в суставах, сила мышц, выносливость и гибкость. Для успешного освоения сложного и трюкового материала необходимо целенаправленное и последовательное развитие нужных качеств, базируясь на методических основах, разработанных в программе «Танец – это мы!».

1.1.3. Отличительные особенности программы

В процессе создания программы изучался опыт работы хореографов работающих в г. Искитиме и Новосибирской области (Агаповой О.В., Синкиной О., Калининченко Е., Барановой Л.Ю., и других).

Тщательно прорабатывался содержательный материал таких программ, как «Весна плюс» г. Нижний Новгород и программа танцевальной студии «Настроение» г. Санкт – Петербург.

При составлении программы частично был заимствован и переработан содержательный материал дополнительной общеобразовательной программы «Хореографическое творчество» (г. Чебоксары).

Несмотря на это, анализ вышеуказанных программ показал, что программа «Танец – это мы!» имеет свои отличия, такие как:

- программа, в основе занятий которой входят классический, народно – сценический танцы соответствует стандартам, предъявляемым к объему материала, необходимого для поступления в средние специальные и высшие учебные заведения культуры и искусств;
- выделяет возможность каждому ребёнку с разными способностями реализовать себя как в массовой постановочной работе, так и в сольном исполнении.

1.1.4. Адресат программы и особенности набора обучающихся

Данная программа адресована учащимся старшего школьного возраста (15 -18 лет). В образцовый хореографический ансамбль принимаются все желающие независимо от уровня хореографической подготовки, но с обязательным допуском врача.

В физиологическом отношении это период интенсивного развития мускулатуры, продолжение развития мозга. Юноши и девушки готовы к физической и умственной нагрузке. Формируются убеждения и мировоззрение, возникает потребность понять себя, смысл жизни. Встает проблема выбора профессии. Возникает желание быть замеченным, хочется выделиться. Появляется самостоятельность в суждениях. Юности свойственно состояние влюбленности, жизнерадостности, уверенности в себе. Занятия по хореографии должны строиться с полной физической нагрузкой, но эмоционально-психической разгрузкой.

1.1.5. Объем, срок освоения программы

Программа рассчитана на 3 года обучения. Общее количество часов по программе составляет 666 часов.

I год обучения – 222 часа.

II год обучения – 222 часа.

III год обучения – 222 часа.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

1.1.6. Формы обучения и виды занятий

Форма обучения – очная.

Все занятия проводятся по группам, согласно расписанию. Численный состав группы может колебаться от 12 до 20 человек. Основной формой организации работы в коллективе являются учебное занятие, которое может быть проведено в различных формах:

- беседа;
- практическая работа;
- самостоятельная работа;
- мастер-классы;
- концерт;
- экскурсия;
- конкурс;
- занятие-концерт;
- занятие-творчество;
- час вопросов и ответов;
- танцевальная гостиная;
- общественный смотр знаний;
- репетиция.

Используя следующие виды учебных занятий: комбинированное занятие, занятие объяснение нового материала, занятие закрепление знаний, умений и навыков, повторение и усвоение пройденного материала.

1.2. Цели и задачи

Цель: творческое самовыражение подростков по средствам хореографического искусства.

Задачи:

Предметные:

- развить навык точного исполнения упражнений в соответствии с методикой и музыкальным материалом;
- развить хореографические данные (выворотность, гибкость, устойчивость, прыжок, шаг, координация, сформировать понятие о постановке корпуса);

- сформировать навыки восприятия народной музыки и выражения своего отношения к музыкальному произведению;
- развить навык выразительного исполнения народно-сценического танца;
- сформировать навыки импровизации простейших хореографических композиции.
- сформировать навыки оформления портфолио достижений, умение представлять результаты собственной деятельности.

Метапредметные:

- воспитывать коммуникативные качества;
- развить творческое и логическое мышление, способность устанавливать причинно-следственные связи;
- сформировать потребность в системной коллективной творческой деятельности;
- расширить музыкально-художественный кругозор детей на лучших произведениях русской и зарубежной музыки;
- сформировать навыки контроля и коррекции собственных действий;
- сформировать умение использовать полученные знания в практической деятельности;

Личностные:

- воспитывать эстетический вкус, нравственные и эстетические чувства, уважение к истории и традициям.
- воспитывать личность, способную адаптироваться в изменяющемся социально-культурном пространстве.
- воспитать у детей любовь к танцу и искусству;
- сформировать внутреннюю мотивацию к учебной деятельности;
- приобщить обучающихся к здоровому образу жизни;
- воспитать у обучающихся настойчивость и целеустремлённость в преодолении трудностей учебного процесса, ответственность за творческий результат;
- сформировать представление о моральных нормах и воспитать потребность их выполнения на основе понимания их социальной необходимости.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

1 год обучения

№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в дополнительную общеобразовательную программу «Танец – это мы!»	2	2	-	Викторина
2	Классический танец	74	2	72	Открытое занятие
3	Народно – сценический танец	74	2	72	Открытое занятие
4	Постановочная работа	72	2	70	Концертная деятельность
	Итого:	222	8	214	

2 год обучения

№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Беседа о профессиях	2	2	-	Викторина
2	Классический танец	74	2	72	Открытое занятие
3	Народно – сценический танец	74	2	72	Открытое занятие
4	Постановочная работа	72	2	70	Концертная деятельность
	Итого:	222	8	214	

3 год обучения

№	Раздел	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Беседа о народном танце	2	2	-	Викторина
2	Классический танец	74	2	72	Открытое занятие
3	Народно – сценический танец	74	2	72	Открытое занятие
4	Постановочная работа	72	2	70	Концертная деятельность
	Итого:	222	8	214	

1.3.2. Содержание учебного плана

1 год обучения

Раздел 1. Введение в дополнительную общеобразовательную программу «Танец – это мы!»

Тема. Беседа о разных стилях танца. Правила поведения и техника безопасности в Центре дополнительного образования.

Теория 2 часа.

Практика –

Форма контроля. Викторина.

Раздел 2. Классический танец

Экзерсис у станка

Темы 1-5. Комбинация на plié. Комбинация на battement tendus в сочетаниях с позами (croisee, efface, ecarte). Battement tendu jetes комбинация в сочетаниях с позами (croisee, efface, ecarte). Комбинация на rond de jamb par terre en dehor, en dedan. Комбинация battement fondus.

Теория –

Практика 12 часов.

Форма контроля. Практический показ.

Темы 6-10. Pas tombe с продвижением. Комбинация battements frappe. Комбинация на adagio. Комбинация на grand battement jetes. Поворот soutenu на 360 .

Теория –
Практика 12 часов.
Форма контроля. Практический показ.

Темы 11-15. Терминология. Grand rond de jambe. Battement tendu pur batterrie . Туры из 2 позиции. Rond de jamb en l'air en dehor, en dedan.

Теория 2 часа.
Практика 12 часов.
Форма контроля. Открытое занятие.

Экзерсис на середине зала

Темы 1-5. Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque. Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire, pique с фиксацией arabesque. Battements fondu в сочетании с soutenu u demi plie во всех направлениях на 45. Pas echappe en tournant по 1/4, 1/2 оборота. Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade.

Теория –
Практика 20 часов.
Форма контроля. Практический показ.

Темы 6-12. Battements frappe в позах на 45. Petit battement sur le cou-de-pied с акцентом en face и epaulement. Sisson в I arabesque. Pas tombee на месте, другая нога на sur le cou-de-pied. Temps lie par terre en dehors et en dedans с перегибом корпуса. Grand battements jete pointee в больших позах.

Теория –
Практика 16 часов.
Форма контроля. Открытое занятие.

Раздел 3. Народно-сценический танец

Экзерсис у станка

Темы 1-5. Demi-plies и grand-plies (с акцентом вниз и вверх) в характере греческого танца, Battement tendu с переводом работающей ноги с носка на каблук, с demi-plies на опорной ноге в характере русского танца. Маленькие броски (battements tendus jetes) с полуприседанием на опорной ноге, - с двойными бросками в гуцульском характере. Круговые скольжения по полу(rond de tortille) в еврейском характере. Battements fondues на всей стопе, с подъемом ноги на полупальцы в характере польского танца.

Теория –
Практика 20 часов.
Форма контроля. Практическое занятие.

Темы 6-10. Battements developpe на 90 (развертывание ноги) с одним ударом каблук-ом опорной ноги в характере венгерского танца. Каблучное в русском характере. Веребочка в венгерском характере. Grand battement jetes в русском характере. Лирическая комбинация на середине (Бытовой шаг с притопом, «Шаркающий шаг»: каблук по полу, полупальцами по полу. «Переменный шаг»: с притопом и продвижением вперед и назад; с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижение вперед и назад. «Девичий ход» с переступанием. Бок-овое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги, с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги).

Теория –
Практика 16 часов.
Форма контроля. Практический показ.

Темы: 11-15. Дробь двойная с переступаниями, тройная дробь на месте и с продвижением вперед, дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением

вперед. «Ключ» с двойной дробью. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед. Дробь на «три ножки».

Теория -

Практика 18 часов.

Форма контроля. Практический показ.

Тема 16-20. Вращение на середине зала (на двух ногах, с подниманием ноги, обертас). Вращение по диагонали в подскоках. Вращение на каблуке. Обертас с поджатой ногой, с подпрыжкой. Поджатые. Терминология.

Теория 2 часа.

Практика 18 часов.

Форма контроля. Открытое занятие.

Раздел 4. Постановочная работа

Темы 1-6. Лирический этюд с венками (распределение ролей, музыка, замысел, история костюма, терминология). Работа с предметом. Комбинации (шаги, припадания, молоточки, ковырялочки). Дробы (трилистник, с переступанием). Рисунки. Отработка.

Теория -

Практика 20 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

Темы 7-14. Болгарский танец (характер танца и его особенности, национальный костюм, терминология). Основной шаг болгарского танца. Перескоки. Движения в линиях. Движения в тройках. Шаги по кругу. Рисунки танца. Отработка танца.

Теория -

Практика 26 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

Темы 15-20. Русская плясовая (областные особенности, сюжет, терминология, костюм). Танцевальные комбинации. Дробы. Вращения. Рисунки танца. Отработка танца. Концерты.

Теория 2 часа.

Практика 24 часа.

Форма контроля. Концертная деятельность.

2 год обучения

1 раздел. Введение.

Тема. Техника безопасности. Беседа «Хореография – как профессия».

Теория 2 часа.

Практика –

Раздел 2. Классический танец.

Экзерсис у станка

Темы 1-5. Повторение пройденного материала за 1 год обучения. Battement tendu за такт и на $\frac{1}{4}$ такта. double Battements fondu. Battements double frappe. Положение attitude вперед и назад как составная часть adagio. Battements double frappe на полупальцах с окончанием на demi plié en face и в позы.

Теория –

Практика 20 часов.

Форма контроля. Практический показ.

Темы 6-11. Petit battements на $\frac{1}{8}$ такта на полупальцах. Grand battements jete developpe (мягкий battements). Battement developpe ballotte. Battements developpe с коротким bal-

ance вперед, в сторону, назад и в позах. Grand battements jete в комбинации с pointee, с passe par terre через I позицию. Терминология.

Теория -

Практика 14 часов.

Форма контроля. Открытое занятие.

Экзерсис на середине

Темы 1-8. Полька по кругу (усложненная поклонами, остановками). Soutenu en tournant en dehors, en dedans по ½ и целому повороту, начиная носком в пол и на 45. Pas de bourree с переменной ног. Double assemble. Tour en dehors, en dedans из V позиции. Pas tombe с продвижением, работающая нога - в положении sur le cou- de-pied носком в пол. Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade. Sissonne tombee en face, в позах.

Теория –

Практика 20 часов.

Форма контроля. Практический показ

Темы 9-2. Tour en dehors, en dedans из IV позиции. Sissonne ouverte pas developpe на 45 градусов во всех направлениях, позже в позах. Pas de bourree ballotte. Терминология. Pas de bourree en tournant en dehors, en dedans. Temps lie на 45. III port de bras (с растяжкой) без перехода и с переходом с опорной ноги. IV форма port de bras. Pas de chat.

Теория 2 часа.

Практика 18 часов.

Форма контроля. Открытое занятие.

Раздел 3. Народно-сценический танец

Экзерсис у станка

Темы 1-9. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по открытым и прямым позициям в русском характере. Скольжение ногой по полу (battements tendus) с полуприседанием в татарском характере. Маленькие броски (battements tendus jetes) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании в украинском характере. Полуприседания на опорной ноге на 90 (battements fondues) - на всей стопе, с подниманием на полупальцы, с наклоном корпуса в координации с движением руки в русском характере. Flic-flac с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя в прямом положении, в открытом положении вперед, в сторону и назад в молдавском характере. Каблучное в русском характере. Развёртывание ноги (battements developpes) на 90 с двойным ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад плавное, резкое в координации с движением руки в польском характере. Большие броски в характере татарского танца.

Теория -

Практика 36 часов.

Форма контроля. Контрольный просмотр.

На середине зала

Темы 10-21. Боковые перескоки с ударами в пол. Боковые перескоки с ударом каблук вперед стоящей ноги. Терминология. «Ключ» с двойной дробью. Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом. Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед. «Моталочка» с задеванием пола каблук, с акцентом на всю стопу, с задеванием пола полупальцами, с задеванием пола поочередно полупальцами и каблуками. «Маятник» в прямом положении. Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад. Вращения по кругу комбинированные. Вращения по диагонали комбинированные. Вращения на месте комбинированные.

Теория 2 часа.

Практика 36 часов.

Форма контроля. Открытое занятие.

Раздел 4. Постановочная работа.

Темы 1-8. Греческий танец (история костюма, характер танца, особенности национальной культуры). Основной шаг танца Сиртаки. Работа рук в танце. Рисунки танца. Отработка танца. Вращения. Терминология. Комбинации в линиях.

Теория -

Практика 20 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

Темы 9-15. Украинский лирический танец (национальный костюм и его особенности). Работа с предметом (ленты). Терминология. Веребочка. Упадание (с ковырялкой, в повороте, по разным позициям). Рисунки танца. Отработка танца.

Теория -

Практика 20 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

Темы 16-24. Молдавский танец (костюм и его особенности, музыкальный материал, характер танца). Подскоки. Бег. Вращения. Комбинации. Прыжки. Рисунки танца. Отработка танца. Терминология. Концерты.

Теория 2 часа.

Практика 30 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

3 год обучения

Раздел 1. Беседа о народном танце.

Тема. Беседа «Народный танец – это душа!». Техника безопасности.

Теория 2 часа.

Практика –

Форма контроля. Вопрос – ответ.

Раздел 2. Классический танец.

Экзерсис у станка

Темы 1-9. Повторение пройденного материала за 2 год обучения. Battement tendu – все направления с pour le pied, с demi-plie во 2 позиции без перехода и с переходом, с demi-plie в 4 позиции без перехода и с переходом, passé par terre. Полуповороты в 5 позиции с переменной ног на полупальцах en dehors et en dedans с вытянутых ног. Pas de bourree simpl en face без перемены ног и с переменной ног. Battements tendu pour batterrie (как подготовка к заноскам). Adajio в сочетании с battements releve lent на 90 во всех направлениях. Grand battements jete developpe (мягкий battements). Туры из 4 позиции.

Теория -

Практика 36 часов.

Форма контроля. Контрольный просмотр.

Экзерсис на середине

Темы 1-10. Preparation к pirouette с IV, V позиции. Tours chaines. Preparation к glissade en tournant и вращение glissade en tournant по диагонали. Preparation к tour en dedans et pirouettes en dedans (tour pique). Preparation к tour et pirouettes en dehors с dedagee (по диагонали). Tours с temps leve sur le cou de pied. Arabesque: (I, II, III, IV) в сочетании с port de bras. Grand assemble en tournant (прыжок с поворотом корпуса). Tour en lair по I позиции. Сценический sisson в 1-й arabesque.

Теория 2 часа.

Практика 36 часов.

Форма контроля. Открытое занятие.

Раздел 3. Народно-сценический танец

Экзерсис у станка

Темы 1-11. Полуприседания (demi-plie) и полные приседания (grand-plie) резкие, плавные, с поворотом колен по 1-ой прямой позиции с включением поз, перегибаний, port de bras, винтообразных поворотов колен, «волн» в корпусе, растяжек, переходов на одно и два колена, поворотов на одной и двух ногах, приседаний на высоких полупальцах в украинском характере. Battement tendu (каблучный) в мексиканском характере. Battement tendu jete с опусканием работающей ноги на каблук в пол в татарском характере. Rond de jambe воздушный в итальянском характере. «Веревочка» в молдавском характере. «Веер» в цыганском характере. Двойное pas tortilla в русском характере. Развертывание работающей ноги (Battement developpe) плавное, резкое в еврейском характере. Испанские выстукивания (zapateado). Grand battement jete с tombe-coupe в болгарском характере (подъем на полупальцы, полуприседание в опорной ноге в момент броска, бросок с прыжком на опорной ноге, бросок с промахом (balancoire), различные растяжки, наклоны и перегибания корпуса). Battement fondu на 90° с перегибами корпуса в русском характере.

Теория -

Практика 36 часов.

Форма контроля. Практический показ.

Упражнения на середине и дробные выстукивания

Темы 1-16. Подскоки с притопом, в парах, со сменой позиций. Переменный русский ход: простой и с ударом о каблук, через каблук, с поочередным открыванием и закрыванием рук. Дробные движения – дробная дорожка из стороны в сторону с двойным ключом в конце. Перескоки с ноги на ногу с ударом каблук вперед стоящей ноги и заканчивающиеся двойным ключом. Трилистник – ход по кругу с притопом и подряд. Комбинированные дробь. Дробь с выносом на каблук. Дробь в повороте. Дробь «горох» с притопом. Русский лирический комбинированный. Вращение «бегунок» по кругу. Вращение «блинчики» по кругу. Вращения по кругу комбинированные. Вращения на месте комбинированные. Вращения в парах. Этюды.

Теория 2 часа.

Практика 36 часов.

Форма контроля. Открытое занятие.

Раздел 4. Постановочная работа

Темы 1-8. Еврейский танец (национальный костюм и его особенности, музыка, характер танца). Вращения. Работа рук. Работа с предметом. Комбинации в кругу и в линиях. Рисунки танца. Отработка танца. Терминология.

Теория -

Практика 20 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

Темы 9-15. Венгерский танец (национальный костюм и его особенности, музыка, характер танца). Вращения. Работа рук. Комбинации в кругу и в линиях. Рисунки танца. Отработка танца. Терминология.

Теория -

Практика 20 часов.

Форма контроля. Концертная деятельность.

Темы 11-15. Татарский танец (женский национальный костюм, обувь, украшения, орнамент). Работа с фартуком, с вуалью. Основной бег. Комбинации. Вращения. Рисунки танца. Концерты.

Теория 2 часа.

Практика 30 часов.
Форма контроля. Концертная деятельность.

1.3.3. Планируемый результат освоения дополнительной общеобразовательной программы

Итоговый образовательный результат:

выпускник технически и музыкально грамотно исполняет классические и народно-сценические композиции, владеет вращательной техникой и навыками импровизации, обладает развитым творческим мышлением, коммуникативными качествами и устойчивой мотивацией к самосовершенствованию в хореографическом искусстве.

Предметные результаты:

- развиты навыки точного исполнения упражнений в соответствии с методикой и музыкальным материалом;
- развиты хореографические данные (гибкость, устойчивость, прыжок, шаг, координация);
- сформированы навыки восприятия народной музыки и выражения своего отношения к музыкальному произведению;
- развиты навыки выразительного исполнения народно-сценического танца;
- сформированы навыки импровизации простейших хореографических композиции.
- сформированы навыки оформления портфолио достижений, умение представлять результаты собственной деятельности.

Метапредметные результаты:

- воспитаны коммуникативные качества;
- развиты творческое и логическое мышление, способность устанавливать причинно-следственные связи;
- сформирована потребность в системной коллективной творческой деятельности;
- расширен музыкально-художественный кругозор детей на лучших произведениях русской и зарубежной музыки;
- сформировано умение использовать полученные знания в практической деятельности;

Личностные результаты:

- воспитаны эстетический вкус, нравственные и эстетические чувства, уважение к истории и традициям.
- воспитана у детей любовь к танцу и искусству;
- приобщены к здоровому образу жизни;
- сформированы представления о нормах поведения в обществе.

Рабочая шкала оценки уровня освоения учащимися содержания программы определена следующими уровнями:

Продвинутый уровень:

- методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации,
- музыкально грамотное исполнение, ярко выраженные эмоции
- владение индивидуальной техникой вращений

Базовый уровень:

- возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях
- музыкально грамотное исполнение, но эмоции не ярко выражены
- владение не всеми видами вращений

Стартовый уровень:

- исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка,
- малохудожественное исполнение,
- не владение вращательной техникой.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет количество учебных недель, количество учебных дней, продолжительность каникул, даты начала и окончания учебных периодов/этапов.

Ссылка на положение КУГ:

<https://cdoisk.edusite.ru/sveden/files/ec18be8536af4b6bf227b87a120a372e.pdf>

Период обучения текущего года	
Начало обучения	10 сентября
Окончание обучения	31 мая
Организационный период	01.09 – 09.09
Каникулы	Ежегодно согласно графику УО
Сроки проведения входного мониторинга	10.09-20.09
Сроки проведения мониторинга завершения обучения	20.05-31.05
Продолжительность учебного года	37 недель

2.2. Условия реализации программы

Основным условием реализации общеобразовательной программы «Танец – это мы!» является создание атмосферы эмоциональной включенности ребенка в мир хореографии, которая, предполагает мотивированное желание со стороны ребят изучить элементы данного вида искусства. Это достигается за счет:

- непосредственного последовательного и системного овладения основ хореографии и отдельных направлений и элементов;
- выполнения по образцу за педагогом обучающимися во время учебных занятий;
- включение в образовательный процесс ситуаций, активизирующих эмоциональную сферу обучающихся,
- реализацию своих фантазийных зарисовок на занятиях при постановке нового танца.

Важнейшим условием успешной реализации общеобразовательной программы является интенсивная разработка и применение методов дифференцированно – групповой работы, ориентированных на развитие индивидуальности ребенка, его внутреннего духовно – нравственного мира.

Материально-технический комплекс предполагает:

- наличие специально оборудованного помещения, для проведения занятий, с высокими потолками не менее 3 метров, деревянным полом, наличием хореографических станков и зеркал.
- На занятии также необходимы музыкальный инструмент (фортепиано или баян) и музыкальная аппаратура.
- Для педагогов компьютерная техника необходима для работы с электронными учебными пособиями и демонстрации мультимедийных презентаций и учебных видеоматериалов.
- Для обучающихся необходимы сценические костюмы и танцевальная обувь, реквизиты: корзинки, веночки, платки, бубны, цветы, ленты, веера и т.д, которые должны храниться в костюмерной.

Кадровые условия. Реализовать программу может педагог, имеющий высшее педагогическое образование, обладающий достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности в области хореографии. Автор программы для более успешной реализации программы повышает уровень профессиональной подготовки посредством прохождения курсов повышения квалификации. Изучение передового педагогического опыта, инновационных образовательных и педагогических технологий, форм и методов обучения, и использование их в педагогической практике позволяют повысить качество и результаты обучения.

2.3. Формы аттестации

Результаты образовательного процесса отслеживаются в системе постоянного текущего контроля. Уровень знаний теоретического материала диагностируется путем педагогических наблюдений, участием в концертах и конкурсах, проведения открытых занятий и мастер-классов.

Обучающиеся постоянно являются участниками различных общественных культурных и образовательных мероприятий, которые позволяют показать и проанализировать уровень владения ребенком практических умений и навыков.

Обобщенные результаты фиксируются в карте уровня освоения общеобразовательной программы, в которой все показатели объединены в четыре уровня: минимальный, базовый, повышенный и творческий.

- Минимальный: обучающийся освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий.
- Базовый: полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
- Повышенный: высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы;
- Творческий: полное освоение содержания программы и внесение манерности, своего фантазийного видения в культуру своего исполнительского мастерства.

Критерии оценки уровня знаний, умений обучающихся, динамики физического и творческого развития разработаны к каждому диагностическому материалу.

2.4. Оценочные материалы

Результаты образовательного процесса отслеживаются в системе постоянного текущего контроля. Для каждого показателя разработан пакет диагностируемых методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Показатель Методы педагогической диагностики

Соответствие теоретических знаний, обучающихся программным требованиям:

- опрос;
- наблюдение.

Соответствие практических умений и навыков программным требованиям:

- педагогическое наблюдение в ходе занятий;
- наблюдение за участием в концертах и конкурсах;
- анализ результативности.

Опыт творчества:

- наблюдение за участием в концертах и конкурсах, во время учебных занятий;
- карта самооценки учащихся.

Опыт общения (эмоционально-ценностное отношение, формирование личностных качеств воспитанников):

- беседы с обучающимися;
- беседы с родителями;
- социометрия.

2.5. Методико-дидактический комплекс

Прохождение программы должно опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных данных обучающихся,
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами,
- систематичность и регулярность занятий, целенаправленность образовательного процесса.

Без соблюдения этих условий танец теряет силу воздействия как средство эстетического воспитания.

В программе «Танец – это мы!» предусмотрен порядок изучения движений. Движения называются по принципу исполнения экзерсиса. Все элементы начинают изучаться у станка сначала на стопе, а затем на полупальцах. В классическом танце все упражнения переносятся на середину и добавляется *en tournant*. В народно-сценическом танце на середине больше проучиваются танцевальные комбинации.

Программный материал изложен последовательно по принципу возрастающей степени трудности. Даваемый материал соответствовать должен уровню физической подготовки учеников и их способностям. Немаловажным на уроках по народно-сценическому танцу являются упражнения на развитие координации, ритма и слуха. Для достижения стабильного результата необходимо наряду с изучением новых движений, закреплять и пройденный материал, т. е. включать его в более сложные комбинации, которые вырабатывают мышечную силу, устойчивость, координацию движений, а также выносливость и волю к преодолению трудностей.

Необходимо оптимальное и равномерное распределение силовой нагрузки, как в отдельных частях учебного занятия, так и в самих упражнениях. При построении учебных примеров важна логичность сочетания движений, которая не позволит перегружать упражнения излишним количеством различных элементов и приемов.

С самого начала работы над развитием навыков учащихся педагог должен обращать особое внимание на выразительность исполнения - музыкальность, доносимую через тело, соотнося технику с его внутренней одухотворенностью. Этому будет также способствовать целенаправленная работа педагога по подбору музыкального материала, который должен восприниматься обучающимися осмысленно в соответствии с музыкально-образной и метроритмической структурой музыкального сопровождения. Подбирать музыкальный материал следует так, чтобы он соответствовал характеру движения: ритмически и музыкально помогал в работе над занятием.

В обучение хореографии осуществляется форма обучения, где знания тут же реализуются в практику: объяснение, показ, исполнение.

Формой организации образовательного процесса является занятие, которое строится по следующему алгоритму:

1. Вводная (или подготовительная) часть.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть.

Эти части имеют свои особенности и наполняются различным содержанием в зависимости от хореографического жанра, специфики его преподавания и возрастной категории обучаемых. Каждая часть занятия выполняет свои задачи.

Первая, подготовительная часть включает разминку, способствующую разогреву мышц, суставов, связок. Главная задача – организовать внимание занимающихся и подготовить мышцы, суставы и связки к интенсивной физической работе.

Вторая, основная часть подразделяется на две составляющие: тренировочную и танцевальную. Составляющая тренировочная предусматривает экзерсис у станка и на середине зала. Составляющая танцевальная – это изучение различных танцев, этюдов, композиций на основе народного и классического танцевальных направлений. Задачи основной части – развитие и формирование мышечного аппарата, развитие подвижности суставов, развитие силы и выносливости, координации, хореографической памяти, музыкального слуха посредством освоения тренировочных и танцевальных движений, их выразительного исполнения.

В зависимости от тематики занятия эта часть может включать в себя и теоретическую работу. В содержание этой работы входит изучение балетов, костюмов, терминов.

Третья, заключительная часть предполагает подведение итогов учебного занятия, домашнее задание, расслабление мышечно-связочного аппарата.

Задача заключительной части – снятие физического и нервного напряжения, подведение итогов учебного занятия.

2.6. Программа воспитания

Характеристика объединения: хореографический ансамбль «Серпантин» создан и действует на базе МБОУ ДО ЦДО, в 2017 г. коллектив был признан «Образцовым детским коллективом Новосибирской области». В объединении занимаются обучающиеся в возрасте от 4 до 18 лет, в количестве 77 человек.

Цель: создание условий для формирования социально-активной, творческой личности, способной к самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

- формирование основ исполнительской культуры;
- формирование у обучающихся установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- раскрытия творческого потенциала обучающихся, через активное вовлечение в конкурсное пространство.

Формы и виды содержания деятельности

Модуль «Ключевые дела внутри объединения»

Это традиционные, значимые дела, которые позволяют сплотиться коллективу объединения.

На уровне объединения:

- Посвящение в «танцоры».
- Ежегодные творческие мероприятия художественной направленности, согласно основным праздничным датам календаря (День Учителя, День матери, Новый Год, Рождество, День защитника Отечества, Международный женский день и т.д.).
- Создание личного портфолио всех обучающихся объединения.

За пределами объединения:

- Участие в социальных акциях и проектах различного уровня.
- Участие в традиционных конкурсах различного уровня разной направленности.

Модуль «Образовательное занятие»

Реализация педагогом воспитательного потенциала занятия предполагает:

- Установление доверительных отношений между педагогом и обучающимся.
- Побуждение обучающихся соблюдать на занятии общепринятые нормы поведения (правила общения с педагогом и сверстниками).

- Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятии явлений.
- Включение интерактивных и игровых блоков в образовательный процесс с целью вовлечения обучающихся в хореографическую деятельность.

Модуль «Участие в конкурсах, мастер-классах и просмотр»

Помогает расширению кругозора обучающихся, позволяет пополнить знания о хореографическом искусстве разных регионов и стран, формирует сплоченный коллектив объединения. Воспитательные возможности данного модуля реализуются в рамках следующей формы деятельности:

- Участие в конкурсах и фестивалях разного уровня;
- Выезд на балетные постановки в НОВАТ;
- Участие в мастер-классах.

№ п/п	Направления воспитательной работы	Название мероприятия (события) и форма его проведения	Краткое Содержание	Сроки проведения
1.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Посвящение в «танцоры». Концерт ко дню открытых дверей	Праздник в объединении с принятия правил коллектива «Серпантин»	Сентябрь
2.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Концерт ко Дню дошкольного работника	Участие в концертной деятельности. Постановка танцевальных номеров под общую тематику мероприятия	Сентябрь
3.	Нравственное воспитание	Концерт ко Дню пожилого человека и Дню учителя	Участие в концертной деятельности	Октябрь
4.	Духовно-нравственное воспитание	Епархиальный бал	Участие в осеннем баллу от епархии. Знакомство с культурой, бытом и этикетом разных эпох	Октябрь
5.	Воспитание семейных ценностей	Концерт ко Дню Матери	Участие в концертной деятельности	Ноябрь
6.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Участие в конкурсах «Янтарные бубны»	Подготовка творческих номеров для участия в конкурсе	Декабрь
7.	Воспитание коммуникативной культуры	Участие в новогодних мероприятиях	Просмотр сказки	Декабрь
8.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Проведение открытых занятий за 1 полугодие	Проведение отчетного занятия для подведения промежуточных итогов учебного года	Декабрь
9.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Большой детский концерт приуроченный к дате основания коллектива	Подготовка творческих номеров для участия в концерте	Январь
10.	Гражданско-патриотическое воспита-	Участие в месячнике по военно-	Подготовка, репетиции и выступление	Февраль

	ние	патриотическому воспитанию и празднике ко Дню Защитника Отечества	творческих номеров в разных тематических мероприятиях	
11.	Социокультурное воспитание Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Участие в конкурсах «Сибирские мотивы», «Эдельвейс», «Радуга талантов»	Подготовка творческих номеров для участия в конкурсе	Февраль
12.	Воспитание семейных ценностей	Концерт к 8 марта	Участие в концертной деятельности и поздравление матерей и бабушек обучающихся	Март
13.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Городской конкурс художественной самодельности	Подготовка творческих номеров к конкурсной деятельности	Март
14.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству Социокультурное воспитание	Участие в конкурсах «Дорогою добра», «Терпсихора», «Наше время», «Кит»	Подготовка творческих номеров к конкурсной деятельности	Март
15.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Участие в конкурсах от фонда развития «Сокровища нации» и «Путеводная звезда»	Подготовка творческих номеров к конкурсной деятельности	Апрель
16.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Отчетный концерт коллектива	Подведение итогов года	Апрель
17.	Духовно-нравственное воспитание	Участие в Пасхальном концерте	Ознакомление с традициями русской православной культуры.	Апрель
18.	Экологическое воспитание	Участие в акции «День Земли»	Уборка территории, участие в посадке насаждений	Апрель
19.	Гражданско-патриотическое воспитание	Участие в концертах и мероприятиях посвященных празднику Дню Победы.	Подготовка, репетиции и выступление творческих номеров в разных тематических мероприятиях	Май
20.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	Участие в конкурсах «Радуга», «Сибирь зажигает звезды», «Сибирская карусель»	Подготовка творческих номеров к конкурсной деятельности	Май
21.	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству, формирование коммуникативной культуры	Участие в мероприятии «Открытие новых созвездий»	Подведение итогов года	Май

Модуль «Работа с родителем»

Работа с родителями или законными представителями обучающихся осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания в рамках следующих форм:

- Родительские собрания (информирование родителей по вопросам воспитания и образовательного процесса в объединении).
- Родительский чат в МАХ (обсуждение актуальной информации в режиме онлайн).
- Индивидуальные консультации (индивидуальный маршрут развития обучающихся).

№ п/п	Месяц	Мероприятия
1	Сентябрь	Родительское собрание на тему: «Планирование работы на новый учебный год» Основные направления совместной деятельности, непосредственно связанные с работой танцевального коллектива. Беседа на тему: «Безопасная дорога»
2	Сентябрь	Обучающиеся первого года обучения и прибывшие – «Знакомство с работой танцевального коллектива»
3	Октябрь	Индивидуальные встречи с родителями. Совместная поездка культурного отдыха (кинотеатр, НОВАТ) Родительское собрание – «Как воспитать у подростков интерес к танцевальным занятиям?»
4	Ноябрь	Приглашение родителей на концерт, посвященный Дню матери. Видео ролик «Яркие мамы Серпантин»
5	Декабрь	Индивидуальные встречи с родителями. Новогодняя дискотека.
6	Январь	Собрание родительского комитета. Помощь в подготовке праздничного концерта «Серпантин», «Дню защитника Отечества– 23 февраля», «Международному женскому дню – 8 марта»
7	Февраль	Приглашение родителей на концерт – «Дню защитника – 23 февраля».
8	Март	Приглашение родителей на концерт – «Дню – 8 марта». Индивидуальные встречи с родителями. Совместные поездки на конкурсные площадки
9	Апрель	Совместные поездки на конкурсные площадки по НСО и России.
10	Май	Посещение родителями открытых контрольных занятий. Награждение родителей за активную помощь танцевальному коллективу. Родительское собрание – подведение итогов учебного года. Квест-игра.

Планируемые результаты:

У обучающихся будут сформированы основы хореографического мастерства.

Раскрыт творческий потенциал обучающихся через активное вовлечение в конкурсное пространство.

III. Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Базарова Н. Классический танец [Текст]: учебно-методическое пособие/ Н.Базарова. – М.: «Искусство», 1975. – 262 с.
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст]/ Т. Барышникова. – М.: «Рольф», 1999. – 272 с.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца [Текст]/ А.Я. Ваганова. – Л., 1963.
4. Головина С. Н. Уроки классического танца в старших классах [Текст]/ С. Н. Головина. – М.: «Искусство», 1989.
5. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. – Орел, «Труд», 1999, 1 том; 2 том – 2004.
6. Калыгина А. Традиционные народные танцы и игры. – М., 2005.
7. Каралева Э. Молдавский народный танец. – М., «Искусство», 1984.
8. Климов А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1981.
9. Курбет В., Ошурко Л. Молдавский танец. – Кишинев, 1967.
10. Мирошниченко, С. Хрестоматия по психологии [Текст]/ С. Мирошниченко. – М.: Просвещение, 1987.
11. Никифорова А.В. Советы педагога классического танца – С-Пб., 2002.
12. Общая психология [Текст]: учебн. пособие/ Под ред. В.В. Богословской, А.Т. Ковалева, А. М. Степанова. – М.: Просвещение», 1981.
13. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. – М.: Гуманитарный издательский центр, 2003.
14. Ткаченко Т. Народный танец. – М., «Искусство», 1967.
15. Тагиров Г. «Татарские танцы», Казань, 1988.
16. Уральская В. Поиски и решения. – М.: Искусство, 1974.
17. Центральный научно-методический кабинет по учебным заведениям культуры и искусства « Народно-сценический танец». Программа для хореографических отделений ДМШ и ДШИ. – М. 1983.
18. Чурко Ю. М. Белорусский народный танец. – М.: Искусство, 1991.

Интернет-ресурсы:

19. Факторы, которые учитываются при отборе детей для занятий хореографией. – <http://balletpro.narod.ru/school.html>
20. Упражнения для развития танцевального шага – <http://studentsrl.ru/page508.html>
21. Творческое движение «Вдохновение» https://vk.com/vdoxnovenie_fesf
22. Государственный ансамбль «Березка» https://vk.com/ansambl_berezka

Список литературы для обучающихся:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: ТОО «Респект»; ТОО «Фирма Люкси», 1996.
2. Васильева Т.И. Секрет танца. – СПб.: ТОО «Диамант»; ООО «Золотой век», 1997.

3. Лора-Ли «Балет. Детская энциклопедия», М.: Астрель, 2014.
4. Степанова Л. Танцы народов России. – М.: Советская Россия, 1969.

Национальность и ее особенности

Русский костюм

На формирование любого национального костюма, его покроя, орнамента и особенностей, всегда оказывали влияние такие факторы, как климат, географическое положение, хозяйственный уклад и основные занятия народа. Национальная одежда подчёркивала возрастные и семейные отличия.

На Руси национальный костюм всегда имел особенности в зависимости от региона и подразделялся на повседневный и праздничный. По национальной одежде можно было понять, откуда человек родом, к какому социальному классу он принадлежит. В русском костюме и его отделке была заложена символическая информация о целом роде, о его занятиях, обычаях и семейных событиях. Наш народ издавна считался народом-земледельцем, и это, безусловно, повлияло и на особенности национального костюма: его орнамент, покроя, детали.

Учёные считают, что русский национальный костюм стал складываться примерно в XII веке. Его носили и крестьяне, и бояре, и цари вплоть до XVIII века, пока по указу Петра I не произошла принудительная смена костюма на европейский. Петр I считал, что для России очень важно культурное и торговое общение с Европой, а русский костюм для этого не слишком подходил. К тому же, для работы он был не очень удобен. Возможно, это был политический шаг, а, может, просто дело вкуса самого Петра I, но так или иначе с тех пор русский национальный костюм сохранился в основной своей массе в крестьянском слое. Указом Петра I было запрещено производить и продавать русское платье, за это были предусмотрены штрафы и даже лишение имущества. Только крестьянам было разрешено ношение национального костюма. Основным отличием национального костюма была многосоставность/многослойность, богатство отделки и простой, прямой или слегка расклешенный силуэт. Талия не подчёркивалась. Цвета в основном были яркими, радостными.

При всём обилии различной одежды, на Руси выделялись несколько основных комплектов русского женского костюма. Это сарафанный комплект (северно-русский) и понёвный комплект (южнорусский, более древний). При этом издавна рубаха всегда была основой женского наряда. Как правило, рубахи были из льна или хлопка, а более дорогие – из шёлка.

Подол, рукава и ворот рубах украшались вышивкой, тесьмой, пуговицами, блёстками, аппликациями и различными узорными вставками. Иногда плотный орнамент украшал всю нагрудную часть рубахи. Узоры, орнамент, детали и цветовая гамма в различных губерниях были особенными. Например, рубахи Воронежской губернии, как правило, были украшены вышивкой чёрного цвета, что добавляло наряду строгость и изысканность. А вот в рубахах центральных и северных губерний можно в основном отметить вышивку золотыми нитями – шёлковыми или хлопчатобумажными. В северных и центральных губерниях преобладали красный, синий и чёрный цвета, а также двустороннее шитьё. Для южнорусских рубах (например, Тульская и Курская губернии) были характерны различные узоры и плотная красная вышивка.

Интересно, что на рубахах девушек (в основном Тверской, Архангельской и Вологодской губерний), которые уже были просватаны, встречались различные геометрические узоры: ромбы, круги, кресты. У древних славян такие узоры несли смысловую нагрузку.

Сарафан (от иранского слова *segarā* – значение этого слова примерно «одетый с головы до ног») был основной одеждой северно-русских областей. Сарафаны были также нескольких видов: глухие, распашные, прямые. Распашные сарафаны, популярные в районах Приуралья, имели трапециевидный силуэт, и отличались тем, что их перед был сшит из двух

полотнищ ткани, а не одного (как в глухом сарафане). Полотнища ткани соединяли при помощи красивых пуговиц или застёжек.

Более простым в изготовлении был прямой (круглый) сарафан на лямках. Он появился несколько позднее. Самыми популярными цветами и оттенками для сарафанов были тёмно-синий, зелёный, красный, голубой, тёмно-вишневый. Праздничные и свадебные сарафаны шили в основном из парчи или шелка, а повседневные из грубого сукна или ситца. Выбор ткани зависел от семейного достатка.

Поверх сарафана одевалась короткая душегрея, которая для крестьян была праздничной одеждой, а для знати повседневной. Душегрейка шилась из дорогих, плотных тканей: бархата, парчи.

Более древний, южнорусский национальный костюм отличался тем, что состоял из длинной холщовой рубахи и понёвы. Понёва (набедренная одежда, типа юбки) была обязательной принадлежностью костюма замужней женщины. Она состояла из трёх полотнищ, была глухой или распашной; как правило, её длина зависела от длины женской рубахи. Подол понёвы украшался узорами и вышивкой. Сама понёва изготавливалась, как правило, из ткани в клетку, полушерстяной.

Понёва одевалась на рубаху, и оборачивалась вокруг бёдер, а на талии её держал шерстяной шнур (гашник). Спереди часто надевали ещё передник. На Руси для девушек, которые достигли совершеннолетия, существовал обряд одевания понёвы, который говорил о том, что девушка могла быть уже просватанной.

В разных регионах понёвы декорировали по-разному. Они также отличались по цветовой гамме. Например, в Воронежской губернии, понёвы богато украшались оранжевой вышивкой и блёстками. А в Рязанской и Калужской губерниях понёвы были украшены сложными ткаными узорами. В Тульской губернии в основном была понёва красного цвета, а чёрная клетчатая понёва встречалась в Калужской, Рязанской и Воронежской губерниях.

Понёвы были украшены дополнительными деталями, в зависимости от семейного достатка: бахромой, кистями, бисером, блёстками, металлическим кружевом. Чем моложе была женщина, тем ярче и богаче была украшена её понёва.

Кроме сарафанов и понёв в русском национальном костюме встречались юбка-андарак и платье-кубелёк. Надо отметить, что эти наряды использовались не повсеместно, а лишь в отдельных регионах и сёлах. Например, платье-кубелёк было отличительной одеждой казачества. Его носили донские казачки и казачки Северного Кавказа. Это было платье, которое надевалось поверх рубахи с широкими рукавами. Под это платье часто носили шаровары.

Костюм с юбкой-андарак тоже не был типичным русским костюмом. Он получил распространение в некоторых сёлах Курской, Орловской, Смоленской, Вологодской и Рязанской губерниях.

В русском народном костюме существовало чёткое деление на повседневный и праздничный наряд.

Повседневный костюм был максимально простым, он состоял из самых необходимых элементов. Для сравнения, праздничный женский костюм замужней женщины мог включать в себя около 20-ти предметов, а повседневный всего 7. Повседневная одежда шилась обычно из более дешёвых тканей, чем праздничная.

Рабочая одежда была похожа на повседневную, но существовала и специальная одежда, именно для работы. Такая одежда шилась из более прочных тканей. Интересен тот факт, что рабочая рубаха для жатвы (жатвенная) была богато украшена и приравнивалась к праздничной. Ещё существовала так называемая обрядовая одежда, которую носили на свадьбу, похороны, в церковь.

И незамужние девушки, и замужние женщины украшали себя бусами, ожерельями, серьгами. Даже пуговицы принято было украшать особым образом: гравировкой, филигранью, тканью.

Ещё одной отличительной чертой русского народного костюма было разнообразие головных уборов. Головной убор завершал весь ансамбль, делая его цельным.

На Руси различались головные уборы для незамужних девушек и замужних женщин. Девичьи головные уборы оставляли часть волос открытыми, и были довольно простыми. Это были ленты, повязки, обручи, ажурные венцы, сложенные жгутом платки.

А замужние женщины должны были полностью покрывать свои волосы под головным убором. Кика была женским нарядным головным убором замужних женщин. По древнерусскому обычаю поверх кики надевали платок (убрус).

Кику носили преимущественно в южных районах (Рязанская, Тульская, Орловская, Калужская губернии). Кика полностью закрывала волосы; впереди у неё была твёрдая часть в формы лопатки или рогов. Поверх кики надевалась нарядная сорока из вышитой ткани, а сзади кики – позатыльник из бисера. В начале 20 века этот сложный убор сменился платком или повойником.

Кокошник был парадным головным убором замужней женщины. Кику и кокошник замужние женщины одевали, когда выходили из дома, а дома носили, как правило, повойник (чепец) и платок.

Что касается социальных различий, то знатные женщины в основном носили платья из дорогих тканей поверх шёлковых туник и рубаш. Чем богаче была женщина, тем больше слоёв одежды было на ней надето. Одинаково неприличной для всех общественных слоёв была короткая одежда. Нелегко далась перемена костюма русским женщинам, от сдержанной не приталенной одежды к декольтированным платьям и затянутой талии.

Болгарский национальный костюм

Общая характеристика.

В украшение болгарского костюма вплетается определенный код – в прошлом болгары использовали его для получения информации о семьях тех, кто носил одежду, и регионе страны, где они жили. Каждый костюм содержал свое сообщение.

Болгарский костюм состоит из многих элементов и мотивов, корни которых уходят в языческие верования и легенды. Так, никто не носил одежду с полностью симметричными украшениями, потому что болгары считали, что полная симметрия – это дьявольское творение. Следовательно, элементы часто добавлялись и удалялись. Это считалось преднамеренной ошибкой для того, чтобы предотвращать сглаз.

Костюм с двумя фартуками

Различные типы женского национального болгарского костюма можно отличить по стилю. Эти характеристики различаются между географическими районами и зависят от конкретных исторических обстоятельств. Главными предметами одного из видов одежды являются: сорочка, два фартука, закрепленных на талии (один спереди, другой сзади), и пояс. Прекрасная вышивка украшает большую часть рукавов, переднюю и заднюю части сорочки. Два фартука изготавливаются из декоративной ткани домашнего производства: задняя часть ниспадает складками и сборками, передняя состоит из одной или двух частей с горизонтальной или вертикальной вышивкой. Задний фартук существует в нескольких вариантах (вульеник, бручник, тукменик, пештемаль, курлянка, завешка), характерных для отдельных географических районов. Пояс представляет собой длинный кусок ткани, обернутый несколько раз вокруг талии.

Первоначально этот древний болгарский национальный костюм был распространен во всех болгарских землях, но в более поздние времена он был, главным образом, сохранен в районе Дунайской равнины.

Платья

Платье сукман было самым широко распространенным видом женской национальной одежды. Однако его многочисленные региональные разновидности имеют некоторые общие характеристики: тип ткани, тунико-подобный разрез и декольте. Сукман чаще всего представляет собой платье без рукавов, хотя в некоторых местах оно имеет короткие или длинные рукава. Как правило, полосы ткани платья прикрепляются к пройме рукава и образуются так называемые «хвосты», уменьшенные декоративные элементы бывших рукавов, утративших свою утилитарную функцию.

Отделка этого болгарского национального костюма сосредоточена на юбке, горловине и в рукавах. Она состоит из многоцветной вышивки, декоративной ткани и аппликаций из кос, различных по размеру и стилю.

Основными тремя разновидностями сукманского платья являются: касоклин с низкими клиньями, типичными для Западной Болгарии; высококлин с высокими клиньями, типичными для Центральной Болгарии; редкий двухкомпонентный сукман с короткой курткой, чапак, плотно собранной юбкой и длинным поясом, типичный для некоторых восточных регионов.

Платье сукман носится с короткой, тканой лентой, закрепленной спереди пряжкой.

Платье сайя как часть болгарского национального костюма включает в себя майку-тунику как основной компонент, который всегда носится как верхняя одежда. Длина юбки варьируется (может быть до колена или голеностопного сустава), рукава короткие или длинные. Материал для платья бывает разных цветов. Преобладающими являются одноцветные белые, черные, синие платья из хлопчатобумажных или шерстяных тканей.

Другим важным элементом является пояс, черный или красный, из шерстяной ткани. Фартук также шерстяной, чаще всего красный, полосатый или с несколькими ткаными орнаментами (в некоторых юго-западных регионах). Более популярным позже стал фартук, украшенный золотыми нитями, используемый в основном в праздничных торжествах. Следует отметить, что болгарский национальный костюм для девочки в целом повторяет одежду для взрослых.

В целом такой тип платья наиболее распространен в южной и юго-западной частях страны.

Костюм с одним фартуком

Этот вид болгарского национального костюма типичен для некоторых местностей на Дунайской равнине и в Родопах. Он состоит из меньшего количества предметов: длинная рубашка в форме туники; фартук, завязанный на поясе (узкий, из одного предмета, или более широкий из двух частей) с довольно простым орнаментом.

До первой четверти XX века это было в основном типично для болгарских мусульманских женщин в горах Родопы, поскольку он был практичным и отвечал требованиям их повседневной деятельности. В то же время было определенное желание сделать костюм богаче, добавить к нему больше предметов. Таким образом, внешняя открытая одежда (вид кафтана) была введена как часть этого платья. Характерными для женщин в регионе Родопы были их предпочтения светло-желтого и оранжевого цветов, а также зеленые оттенки травы, объединенные в текстуру фартука.

Белорусский костюм и его особенности

Белорусский народ на протяжении своей истории создал множество ярких, самобытных танцев. Народные праздники и обряды в Беларуси никогда не обходились без песни и пляски. Они являлись необходимой частью народной свадьбы, празднования Купалья, Колядок, зажинок и дожинок (начало и окончание сельскохозяйственных работ), родин. В зимние месяцы в деревенском быту были широко распространены так называемые кудельницы и музыка – посиделки, на которых собирались девушки и парни и, конечно же, не обходились такие совместные сборы без танцев.

Белорусские танцы почти все массовые, парные. Только иногда танцуют одни девушки или одни юноши. Наиболее популярны белорусские народные танцы "Лявониha", "Крыжачок", "Юрачка", "Полька Янка", "Чарот", "Лянок", "Бульба", "Мяцелица", "Дударыки".

А такой известный белорусский танец "Лявониha" возник на основе шуточной песни, которая исполнялась в виде диалога между Лявоном и Лявонихой, вокруг которых пели и пританцовывали остальные участники. "Лявониha" имеет и другое название - "Крутуха", потому что танцующие кружатся парами.

Другой известный белорусский танец "Крыжачок" существует в двух вариантах. В одних районах его называют Крыжачок, от слова крыж – крест. Для него характерно расположение танцующих крестом и их переходы крест-накрест. В других районах он называется Кружачок и строится преимущественно на движениях по кругу.

Много также танцев, изображающих работу - "Ленок", например, представляет все этапы выращивания и обработки льна: посев, прополка, вырывание и растирание стеблей, трепание волокна, прядение ниток, шитьё рубашки; а танец "Млынок" отображает работу ветряной мельницы с её крыльями, жерновами, действием шестерёнок, кругов. Танец отличается быстрыми перестроениями, замысловатыми фигурами, сложными переходами.

В других танцах исполнители изображают явления природы, например, "Мяцелица" и "Рэчанька" или имитируют движения животных, птиц - "Журавель", "Козачка".

Женский костюм разнообразен, с выраженной национальной спецификой. Выделяются четыре комплекса: с юбкой и фартуком; с юбкой, фартуком и безрукавкой (гарсетом); с юбкой, к которой пришит лиф-корсет; с понёвой, фартуком, безрукавкой (гарсетом). Два первых известны по всей территории Белоруссии, два последних в восточных и северо-восточных районах.

Женщины поверх рубахи носили понёву – давнюю женскую одежду, – это три сшитых суконных больших куса, сверху собранных шнуром, который стягивался на талии или под животом. Понёва была распашная (открытая впереди или сбоку) и закрытая. Цвета самые разные, часто с орнаментом.

Имелось три типа рубах: с прямыми плечевыми вставками, туникообразная, с кокеткой; большое внимание уделялось вышивкам на рукавах. Поясная одежда – разнообразного фасона юбки (андарак, саян, палатняник, летник), а также понёвы, фартуки. Юбки – красные, сине-зелёные, в серо-белую клетку, с продольными и поперечными полосами. Фартуки украшались кружевами, складками, вышитым узором, безрукавки (гарсет) – вышивкой, кружевами, декоративными нашивками и аппликациями. Существовало большое количество различных вариантов юбок, которые отличались кроем и носили различные названия: андарак, саян, понёва, летник и другие.

Женская безрукавка из ситца, бархата или парчи, на подкладке, самого разного цвета была составной частью праздничной одежды и звалась гарсетом. Впереди она застегивалась на пуговицы, крючки или шнуровалась. Все это украшалось вышивкой, нашивками из цветной тесьмы. Гарсеты шились прямого кроя, до талии, или удлиненные, с клиньями, приталенные.

Верхняя одежда

Женская верхняя одежда чаще и богаче, чем мужская украшалась вышивкой и аппликацией, но по виду и крою не очень сильно отличалась от мужской.

В зимнее время женщин согревали шерстяные свитки, белые и красные кожушки. Самой популярной зимней одеждой был кожух из овчины. У белорусов он делался прямого покроя – спинка и полы прямые, большой отложной воротник. Низ и рукава обшивались полосой овчины шерстью наружу.

Головные уборы

Женские головные уборы имели важное социальное и обрядовое значение. По их виду можно было определить семейное положение, возраст женщины, её материальное положение. Головные уборы использовались в обрядах и ритуалах, например, на свадьбах девушке торжественно меняли девичий убор на женский.

Коренные отличия существовали между женскими и девичьими головными уборами. Девушки носили венки, узкие разноцветные ленты (скидочка, шлячок), а женщины прятали волосы под чепец, надевая сверху головной убор полотнячатого типа, например, намитку или платок.

Существовало большое количество способов завязывания намиток. Свадебная намитка часто хранилась женщиной всю жизнь и надевалась на неё при похоронах. Зажиточные женщины изготавливали свои намитки из дорогого тонкого полотна и украшали их кружевом, вышивкой золотыми и серебряными нитями, а женщины более бедного положения использовали более дешёвые ткани и более простые украшения, при этом разнообразие орнамента, как правило, сохранялось.

Также женщины использовали такие головные уборы, как платки, коптуровые (чепцовые) и рогатистые головные уборы.

Обувь

Женщины в крестьянских семьях чаще всего носили лапти. В холодную погоду носили постолы. Сапоги и женские башмаки (чаравики) в деревнях носились только по праздникам или в наиболее зажиточных семьях. Такую обувь чаще изготавливали специальные ремесленники на заказ.

Городская одежда

Крестьянская мода была достаточно консервативна и твердо придерживалась дедовских обычаев, что, впрочем, помогало сохранить этнические традиции на протяжении столетий.

Естественно, костюмы горожан отличались большим разнообразием тканей и фасонов. Большинство городских жителей носили одежду из шерстяных и льняных тканей, но также нередко использовали и привозной материал. Зимой все ходили либо в наплечных накидках (вилайне), либо в полушубках и шубах из меха овцы, козы, медведя.

Зажиточные горожане позволяли себе роскошь – шелк, парча, шубы из меха лисицы, волка, бобра.

Среди городских модниц особой популярностью пользовались платья европейского покроя – длинные, приталенные, с узкими рукавами, а в качестве украшений – разноцветные стеклянные браслеты, перстни, височные кольца. Причем в XI–XII вв. в Минске предпочитали черные, синие и голубые цвета; модницы из Витебска увлекались браслетами и кольцами изумрудно-зеленого цвета; а в Турове популярностью пользовались коричневые и фиолетовые украшения.

Типично городским украшением считались колты. Это височные украшения – полые изделия в виде круга или звезды, внутрь которых вкладывался кусочек ткани, смоченный ароматическими маслами. В XVIII в. в моду входят сережки в виде вопроса с нанизанными на них стеклянными бусинками. В то время также многие носили на груди ли на поясе маленькие образа и крестики в обрамлении серебра или золота.

Уже тогда благоустроенность городов позволяла носить модную кожаную обувь, фасоны которой, кстати, очень напоминают современную молодежную моду. Туфли были даже ажурные и вышитые. Кроме этого, зимой носили полуботинки и сапоги на подошве.

Среди женщин были популярны хитоны ярко-голубого или красного цвета, подол которого часто украшался золотой тесьмой, бахромой из жемчуга и драгоценными камнями. Поверх одевалась короткая одежда с широкими рукавами, которая подвязывалась длинным, великолепно расшитым поясом. И еще сверху одевалась накидка, подбитая мехом. Вообще, одежда для знати, причем не только праздничная, вышивалась золотыми или серебряными нитями и бисером.

Многие знатные люди носили богатые плащи с чарующими названиями: корзна (княжеско-боярский плащ), приволока (короткий плащ из парчи), витолла (безрукавный плащ с капюшоном), луда (плащ из яркой, расшитой золотом парчи). А великолепию зимней одежды можно только позавидовать – шубы из меха рыси, бобра, белки, россомахи, лисицы, соболя, обтянутые сверху вышитой шелковой тканью и украшенные горностаевыми шкурками.

Среди знатных женщин было немало поклонниц западной моды. На гравюрах того времени можно увидеть расшитые золотом или серебром платья, приталенные, с очень длинными рукавами, расширяющимися от локтя, с юбкой другого цвета. Юбка и рукава были плиссированными, а воротник и края рукава выделялись замечательной рельефной вышивкой. Особенно великолепно смотрелись украшения из золота, серебра и драгоценных камней. Только очень знатные женщины носили росны – височные украшения из золотых и серебряных цепочек и пластинок. Особой принадлежностью княжеского костюма были округлые медальоны с ликами святых.

Головные уборы знатных женщин назывались убрусами или павоями, они ценились так же высоко, как и пояса.

Все эти впечатляющие одежды служили признаком не только богатства, но и высокого социального положения. Даже сегодня они поражают нас своим богатством, разнообразием и тонким художественным вкусом.

Все эти впечатляющие одежды служили признаком не только богатства, но и высокого социального положения. Даже сегодня они поражают нас своим богатством, разнообразием и тонким художественным вкусом.

Греческий костюм и его особенности

Изначально национальные греческие наряды были очень простыми, но в то же время изящными. В античные времена одежда была функциональной и удобной. Даже костюм греческой богини и бога в описаниях и на гравюрах не отличается особой роскошью – простое белое одеяние с небольшим количеством украшений.

В те времена традиционный женский наряд представлял собой элегантную тунику, а облачение воина – короткую удобную юбку. Горожане носили хитоны – наряды свободного кроя, напоминающие широкую рубашку с поясом. Дополняли все это сандалиями. Знать, как и везде, выделялась на фоне остальных сословий наличием дорогих украшений и богато расшитыми одеяниями.

Особенностью античного греческого костюма является отсутствие головного убора. Единственное исключение – украшения из цветов, которыми девушки декорировали свои

прически. Еще один интересный момент – в древнегреческом обществе девушки до замужества носили приталенные наряды, сменяя их после замужества на платья с завышенной талией.

Переход Греции к христианству повлиял не только на религиозную жизнь населения, но и на местную моду. Наряды греков стали закрытыми, в обиход вошли головные уборы. Но нужно заметить, что национальный греческий костюм в современном виде пришел именно из этих времен.

Женские костюмы также различались между собой. Традиционное греческое платье – это не только струящаяся белая туника, в которой изображались богини Олимпа. Национальный костюм гречанки состоял из нижнего платья, длинной юбки, рубашки с широким рукавом и передника, который иногда прикрывал не только переднюю часть наряда, но и заднюю.

Частью женского национального костюма в Греции является и массивный головной убор, декорированный тяжелыми кистями и монистами.

Цвета и оттенки

Основной цвет традиционных греческих нарядов – белый. Украшения, как правило, выполнялись из золота. Добавляли в наряды яркости цветной вышивкой. Также частью многих более поздних костюмов являются темные жилеты и яркие пояса преимущественно красного цвета.

Ткани и крой

С тканями все немного сложнее. Ведь, несмотря на то, что Грецию можно назвать страной с жарким климатом, многие элементы национального костюма выполняются из достаточно теплых материалов, например, войлока или шерсти. Впрочем, платья гречанок наоборот создавались из тонких воздушных тканей, способных задрапировать фигуру, создав по-настоящему божественный силуэт. Фасоны греческих платьев предельно просты. Они подчеркивают плавные линии женского тела, не акцентируя при этом внимания на недостатках фигуры. Также греческим традиционным нарядам присуща асимметрия. Такой подход выделяет греческие платья среди других национальных костюмов.

Аксессуары и обувь

Украшения, используемые греками в национальном костюме, всегда отличались изысканностью. Подобранное со вкусом кольцо, несколько тонких браслетов или серьги добавляли в образ роскоши. При этом в одном образе не принято было сочетать сразу несколько украшений. Украшения в греческом стиле, как правило, массивны и очень самобытны, поэтому при сочетании большого их количества, образ может получиться слишком аляповатым. Традиционной греческой обувью всегда были сандалии. Плоская подошва и большое количество ремешков делают этот вид обуви не только изящным, но и очень удобным. А удобство играло для греков далеко не последнюю роль.

История и особенности украинского костюма

Вид украинского народного костюма отражает менталитет страны. Свободолюбивые люди, которые не могли примириться с установленными правилами и хотели жить обособленно, выработали свой уникальный стиль. Они воспользовались знаниями и умениями тех, кто жил в Киевской Руси. Но в отличие от своих соседей, украинцы сделали костюм более свободным и ярким. А также украинский народный костюм отличается многослойностью и комплексностью. То есть одна часть наряда дополняет другую. Например, нижняя рубашка женщин выглядывает из-под юбки, что создает диссонанс плотности материала. Этот прием смотрится интересно и нетривиально. История украинского народного костюма берет свое начало во времена скифов. Но свой уникальный и неповторимый стиль люди выработали в

XVI в. Стил ь со временем видоизменялся. Большое влияние на моду оказали казаки. Эти беглые крестьяне хотели отличаться от земледельцев, они создали свой колоритный наряд, который дал моде новый виток. К XIX в. украинцы переходят к стилю горожан, и повсеместно мода меняется. Большое влияние на вкус людей имеют заграничные модельеры. Собственно, такая ситуация в стране сохраняется и по сей день.

Из чего шили одежду

Украинский народный костюм люди изготавливали из натуральных тканей. Чаще всего использовалось домотканое полотно. Ткали его из конопляных или льняных нитей. Получалась грубая ткань, которая подходила для изготовления рубаш. Носили такую одежду мужчины. Когда ткань стиралась и от постоянных стирок становилась мягкой, ее пускали на изготовление женской одежды. Ну и после того как полотно становилось совсем мягким, из него шили детские рубашки. Штаны на Украине, так же как и на Руси делали из шерсти или из сукна. Первый вариант был пригоден для зимы, а второй - для лета. Такую ткань использовали одноразово и только для изготовления мужских штанов. Женщины из шерстяной ткани шили поневы и юбки. Шапки делали из меха. Обувь же изготавливали из сыромятной кожи. Реже использовали лапти. Но все же на Украине чаще люди носили сапоги, хотя они и были предметом роскоши. Декоративные украшения делали из стекла и натурального камня. Но чаще все же использовали стекло, так как оно было дешевле. Часто девушки декорировали свои головные уборы живыми цветами. Венки носили по праздникам практически все девушки.

Как красили одежду

Украинский народный костюм отличается богатым декором. Но чтобы покрасить нити, нужна была особая сноровка и подходящие красящие компоненты. Так как химическая промышленность стала давать свои результаты очень поздно, люди обходились тем, что могли собрать в окрестностях своего хутора. Поэтому чаще всего в качестве краски использовалась всевозможная трава. Женщины собирали травы, сушили, а затем делали отвар. Таким образом получалось выварить зеленый пигмент. А как же делали красный? В отличие от традиций, которые бытовали на Руси, украинские женщины добывали яркий цвет из насекомого, которое именовали червец. Его находили во мхе или же на кустах. Зачастую собирали не самих насекомых, а их личинки. Затем нужно было подождать, когда они вылупятся, и отварить, а точнее запечь в печи червецов с водой. Подобная краска томила сь на огне в течение дня, и только потом она была пригодна для окраски. Так как необходимое насекомое было сложно собирать и варить, красный пигмент был очень ценен. Им красили только пряжу и пояса, а не готовое полотно рубахи. Для создания других пигментов использовали кору деревьев и всевозможные цветы.

Цветовая гамма

В национальном костюме преобладал красный цвет. Его носили все сословия от земледельцев и ремесленников до духовенства. По насыщенности цвета можно было понять, к какому сословию принадлежит человек. Но использовали не только открытый красный, но и его оттенки. Популярностью пользовался малиновый, кирпичный и маковый. На втором месте по популярности в украинском народном костюме стоял желтый цвет. Использовали такие оттенки, как лимонный, песчаный, рыжий и песочный. Черный цвет использовался редко. Его заменяли дымчатым, то есть серым. Если нужно было затемнить какую-то часть узора, вводили коричневый. Зеленые оттенки тоже можно увидеть в вышивке. Использовали как темные, так и светлые тона. Особое место в декоре одежды занимали золотые нитки. Ими вышивали узоры на шелковых тканях. Но такие наряды были малодоступны. Золотая и серебряная вышивка украшала костюм богатых дам, а также рясы представителей духовенства. Разноцветные полупрозрачные бусины выступали основными элементами декора. А перламутровый цвет считался символом роскоши не меньше, чем блеск благородных металлов.

Верхняя одежда

Кожухи – это вторая по популярности разновидность верхней одежды. Шили кожих из плохо обработанной овечьей кожи. Такие недубленые кожих носили мехом вовнутрь. Модель одежды была самая примитивная, она напоминала упрощенный вариант современного пальто. А какая же длинна была у верхней одежды? Четной регламентации не было. Каждый шил себе одежду той длинны, которая была комфорта. Например, повседневные свиты обычно доходили до пят, а вот вариант дорожного кожиха обычно был редко длиннее колен.

Женская рубаха

Украинский народный женский костюм состоял из трех частей. Рубахи, юбки и поневы. Рубахи делились на два вида: короткие и длинные. Длинные считались праздничными. Их подол декорировался вышивкой. Этот элемент женской нижней одежды обычно виднелся из-под нижнего слоя. Повседневные рубашки были короткими. Они имели длину современных туник. Но такой вариант одежды был приемлем для замужних женщин. Девушки же не носили понев, поэтому их рубахи были длинными. А какими были рукава изделия? Рубахи шились с длинными рукавами. У кистей они становились уже. Этого добивались путем пришивания манжет. Эти элементы декорировались вышивкой. Также украшения в виде вышивки могли располагаться на плечах. Воротник на женских рубашках мог быть отложным. Но чаще ворот изделия обрабатывался тесьмой и завязывался на веревку. Украинский народный костюм для девочки был схож с девичьим нарядом. Дети носили рубашки, подпоясанные ремнем.

Понева

Женский украинский народный костюм сложно представить без поневы. Этот элемент одежды делился на три вида: повседневная, дерга и праздничный вариант. Повседневная понева была черного цвета. Ее делали из грубой льняной или полотняной ткани. Она могла быть даже шерстяной. Понева делилась на две части: одна прикрывала заднюю часть тела, а другая – переднюю. Этот элемент одежды был разной длинны, часто доходил женщинам до щиколоток.

Если вы решите делать украинский народный костюм своими руками, то вам следует изготавливать не повседневную поневу, а дегу. В чем же заключаются отличия? Дега тоже была сшита из плотной ткани. Но цвет изделия был не темным, а ярким. Деги, или запаски, как их еще называли, могли быть красными, зелеными или же синими. Пояс этого элемента одежды украшался цветной тесьмой и даже вышивкой. Некоторые женщины не носили переднюю поневу, а заменяли ее передником. Праздничные одежды выглядели нарядней, чем повседневные. Такая понева изготавливалась из легкой ткани, иногда из шелка. Декорировалась она вышивкой или же клетчатым орнаментом. Часто на таких поневах был нанесен клетчатый орнамент.

Юбка

Юбка заменила поневу и стала элементом одежды зажиточных дам. Самыми распространенными были три их вида. Литнык – это узкая шерстяная юбка. Она смотрелась празднично по той причине, что была красного цвета. На этот броский фон были нанесены вертикальные полосы. Они могли быть зелеными, желтыми, белыми или же синими. Такой вариант юбки был самый простой. Андарак – это более широкая модель юбки. Декоративным элементом здесь выступали складки, которые вертикально располагались по всему периметру. На подоле находилась широкая орнаментальная полоса. Шорц – это тоже широкая модель юбки, но, в отличие от двух предыдущих, она смотрелась ярко за счет пестрых вертикальных полос, которые располагались близко друг к другу. Подол такого изделия был об-

шит толстым шнуром. Все эти разновидности юбок украшались вручную с помощью вышивки.

Декор одежды

Цветной тесьмой обшивали горловины и подол рубашек. Из разноцветных ниток делались кисти. Их вешали на пояса. Юбки и рубахи украшались вышивкой. Для этого использовали яркие шерстяные нитки. Богатые барышни могли себе позволить наносить узор или орнамент на свою одежду с помощью тончайшего шелка. Ну и не стоит забывать о золотом шитье. Оно использовалось часто на костюмах зажиточных женщин. Кружево можно встретить не только как элемент декора женского костюма, но им украшалась и мужская одежда. Кружево ценилось высоко, поэтому мало кто мог его себе позволить. А вот стеклянные бусины были в широком употреблении. Правда, одежда ими расшивалась нечасто. А вот головные уборы декорировались повсеместно. Люди с большим достатком могли себе позволить украшать одежду не стеклом, а драгоценными камнями. Особенно в ходу был жемчуг. Из крупных жемчужин даже делали пуговицы. А вот менее обеспеченные люди использовали пуговицы, обтянутые шелком или яркой холщовой тканью. В ходу были нашивки. Ими декорировались рубахи наподобие погон. Нашивки изготавливались из контрастной одежде ткани, чаще всего – из красной или зеленой. Такие декоративные элементы богато расшивались шелком и золотом.

Орнамент

Рисунок на украинском народном костюме чаще всего изображает две главные для людей стихии: воду и солнце. Именно благодаря им существовал южный народ, они приносили хлеб, а значит – жизнь. Эти стихии нередко расшифровываются как отцовское и материнское начало. Если говорить об элементах, то материнский символ выглядит как восьмилетний цветок с россыпью точек по краям. Отцовский элемент – это квадрат, в котором заключен цветок. Такой орнамент можно встретить как на мужских, так и на женских рубахах. Второй по частоте мотив – это рисунок хмеля. Символическое очертание волнообразной ветки с цветами ассоциируется с молодостью, любовью и задором. Такой орнамент можно было увидеть на одежде молодежи. Изображение калины и дуба считалось на Украине оберегами. Стилизованные листья и плоды должны были защитить человека от сглазов и от завистников. Они оберегали людей не только от соседей и недоброжелателей, но и защищали от различного рода бытовых неприятностей. А вот если женщина хотела привлечь удачу, она вышивала ромбы. Этот символ земли и плодородности должен был оберегать человека от голода и ненастной погоды. Растительный орнамент превалировал в декоре одежды. Реже можно было встретить анималистические мотивы. Украинцы не жили охотой, точнее убийство диких животных не было единственным способом пропитания. Вследствие этого если на одежде и появлялось животное или птица, их можно было считать тотемом семьи.

Пояса

В обязательном порядке все люди подпоясывались. Ходить без пояса было не только некрасиво, но и считалось постыдным. Этот элемент одежды считался у людей оберегом именно по этой причине ему и придавался сакральный смысл. Даже небогатые крестьяне старались приобрести пояс из дорогого материала. А если такой возможности не было, они ткали его самостоятельно, а затем расшивали символическим орнаментом. Четкого регламента не было. У каждого человека были свои ценности, и их он пытался продемонстрировать с помощью рисунка на поясе. Зажиточные люди подпоясывались ремнем с пряжкой, сделанной из драгоценного металла. Она тоже украшалась причудливым орнаментом, состоящим из зверей и птиц. Богатые горожане по праздникам надевали пояса, полностью сделанные из серебра и даже золота. Парадный пояс (кушак) должен был быть не короче 3-4 метров. Его декорировали не только вышивкой, но и драгоценными камнями или же бусинами из стекла. Часто можно было увидеть кисти, которые свисали с обоих концов кушака.

Украшения

Сегодня декоративные безделушки, которые носят дамы, не имеют никакого символического смысла. А раньше подобного рода украшения в первую очередь несли не декоративное значение, а служили оберегом. Украинский народный костюм для женщин включал в себя бусы. Конечно, их не носили каждый день, а надевали по праздникам. Позволить себе украшения из драгоценных металлов могли только зажиточные дамы. Они носили различные подвески из натуральных камней и серьги причудливой формы. Скромные деревенские девушки в качестве украшений использовали ленты и цветы. Главным достоянием женщин тех времен была длинная коса. Именно ее они и украшали. Волосы должны были быть заплетены в сложную прическу, поверх которой можно было надеть венок из живых цветов. Если бедная девушка надевала бусы, то вероятность того, что они были деревянные, была практически 100%. Такие украшения были популярны не только на Украине, но и на Руси.

Головные уборы

Костюм незамужней девушки дополнял ободок. Чаще всего его делали из лент. Завязывали этот головной убор так, чтобы макушка оставалась непокрытой. А вот замужние женщины носили очепок. Эта шапочка имела твердый каркас. Форма головного убора зависела от области проживания женщины. Чаще всего очепок был трапециевидный или овальный. Такой головной убор декорировали бусинами или драгоценными камнями. Бедные женщины украшали свою шапочку с помощью вышивки гладью. Но кроме повседневных головных уборов, были еще и праздничные платки. Ими женщины повязывались тогда, когда шли в гости, в церковь или же на праздничное гуляние. Цвет платка должен был быть ярким. Нередко этот головной убор расшивали золотом.

Обувь

Описание украинского народного костюма было бы неполным, если не рассказать о том, во что же обувались люди. Бедные крестьяне носили лапти. Так же, как и на Руси, даже такая примитивная обувь была в дефиците. Но в отличие от русичей, украинцы делали лапти необычным способом. Они продевали через петли лозы веревку, а затем затягивали ее на ноге. Лапти изготавливали не только из лозы, но и из кожи. В отличие от аналогичной обуви своих ближайших соседей, украинцы делали лапти практически без боковин. В некоторых семьях обувь изготавливали из сыромятной кожи. Причем материал никак не сшивался. Форму коже придавали непосредственно на ноге. Фиксировали такое подобие ботинок с помощью бечевки. Те крестьяне и казаки, у которых не было больших финансовых проблем, могли позволить себе сшитую из кожи обувь. Изначально вместо каблуков у таких ботинок была подкова. Но впоследствии сапоги приобрели современный вид. Чаще всего обувь была красного цвета. Она выглядела ярко и хорошо сочеталась с красным декором народного костюма. На ноге сапоги фиксировались с помощью тесемок. А более поздние модели стали производить с металлическими пряжками, которые часто изготавливали из благородных металлов. На верхний край сапога наносился узор, который или выжигали, или прорезали.

Женский национальный молдавский костюм

Женский молдавский костюм в свой ансамбль включает головной убор, одежду, обувь, аксессуары и ювелирные изделия. Для каждого времени года и определенного события был предусмотрен свой наряд в зависимости от возраста женщины, ее социального статуса, времени года, вида занятий, символики, вкуса и зоны проживания. Вследствие этого традиционная одежда была разнообразной и отличалась по материалу, крою, орнаменту и цвету. Женщины в возрасте и замужние придерживались определенных принципов в одежде, предпочитали более сдержанные цвета, архаичный, скромный покрой, простое домашнее полотно, использовали некоторые детали для защиты костюма. Молодые девушки носили костюмы более светлых и ярких расцветок, ходили с непокрытой головой. Платок и передник надевали после того, как получали статус молодой хозяйки – замужней женщины.

Рубаха. Женский традиционный костюм более красочный. Наиболее функционально-декоративной считается белая рубаха. Одной из ранних форм женской одежды была туникообразная рубаха с длинными рукавами, выкроенная из цельного домотканого полотна с круглым, треугольным или квадратным вырезом. Рубаху украшали вышивкой с геометрическим или растительным орнаментом по воротнику и манжетам. Верхняя часть рубахи – *piepții* – изготавливалась из более добротной, тонкой ткани, а нижняя часть – *roale* (подол) – из более плотной конопляной или льняной ткани.

Другой вид женских рубах, распространенный по всей территории Молдовы, – рубаха, приспособленная у горловины, с цельнокроеными рукавами. Она называется *ie națională* или *sămașă moldovenească*, украшена вышивкой, выполненной в различных техниках, и является наиболее красивой деталью женского наряда любого возраста. Выкройка рубахи состояла из прямоугольников: спинки, переда и рукавов. Рубаха декорирована на груди и на рукавах. Распространено 3 вида такой рубахи, название которых зависит от характера и направления вышитых полосок на рукавах: прямые полосы-ручейки (*ie cu rîuri drepte*), рубаха с диагональными линиями (*ie cu mîneca costîșetă cu rîuri oblice*) и *ie* – со звездообразным орнаментом (*cu stele*). Рубахи у горловины собирались на разноцветные крученые шнурочки (*șiret*), образуя круглый вырез. Узоры, вышитые на груди и рукавах, частично повторяют одни и те же орнаменты. Декоративное решение рукавов состоит из трех основных элементов: *altîța* – вышитая часть у плеча (оплечье), *încrêțul* – полоса с геометрическим орнаментом светлого цвета (желтый, белый, серый, бежевый...), затем вертикально либо диагонально вышитые полосы, рассыпчатые мелкие узоры или изображение дерева жизни, колоса. *Ie* – с деревом (*romul vieții*) или колосом (*spicul*) являлись частью свадебного наряда прошлых столетий до середины XX века в Каменском, Рыбницком и других районах. По технике выполнения вышивку можно разделить на две основные группы: так называемые счетные вышивки крестиком (*în cruciulițe*) и вышивки гладью, свободно накладывающиеся на материал (*neted – butuc* по счетным нитям, с выступами – *în scărițuri*).

Благодаря способу *în scărițuri* орнаменты получались стилизованными. Именно этот вид вышивки – гладь по счетным нитям и с выступами, названная *broderie albă* или *butuc*, – служит основным критерием при определении отличия молдавской вышивки от вышивки украинского, русского, гагаузского, болгарского этноса и др.

Выбор декоративного орнамента основывался на гармоничном сочетании вышитых частей: *altîța*, *încrêțul*, *rîuri* на рукавах и груди. Цветовое решение женской одежды решалось на сочетании 2-3 цветовых оттенков, но зачастую высокого уровня достигали за счет вышивки одним цветом – обычно черным. К верхней части рубахи *ie* пришивали подол, сшитый из более плотной простой конопляной или льняной ткани.

Замужние и пожилые женщины в будни и в праздники больше носили туникообразные рубахи или рубахи на кокетке (*cu platcă, sămașă cu petic*), которые также вышивались вокруг горловины или в форме квадрата по кокетке.

Отдельными деталями нижней части женской одежды были *catrință*, *fotă* или *șorț*. Их изготавливали из чистой шерсти или за основу брали хлопок, а уток был шерстяным. Более распространенной для всех возрастов была плахта (*catrința*), которая представляет собой цельный несшитый прямоугольный кусок ткани (1,6–0,8), который надевают, оборачивая вокруг корпуса, так, чтобы одна пола находила на другую.

Этнографические материалы выявили в Молдове около 10 групп домотканых *catrință*, которые отличаются по технике исполнения и декору. Самая популярная – это *catrință vrîstată* с цветными полосками, *catrință cu desene alese* – с закладным рисунком, *catrință ridicată* – с браным узором, *catrință țătă* – с ремизным полосатым рисунком, *catrință din două părți* – из двух горизонтальных разноцветных широких частей, *catrință țesută și aleasă* – комбинированное простое и закладное ткачество и *catrință brodată* – вышитая.

Catrință крепилась вокруг талии узким поясом длиной в 3-4 метра. Другая деталь женского костюма – *fotă*, состоит из двух прямоугольных частей – передней и задней, выткана с горизонтальными цветными полосками. Ее носили молодые девушки севера Молдовы, Черновиц и Буковины. Единственный передник из шерсти – *șorț ales ridicat* – с цветным геометрическим рисунком на черном фоне носили женщины на юге Молдовы. Передник (*șorț* или *pestelcă*) фабричного производства носят замужние женщины во всей Молдове, чтобы защитить одежду при работе по хозяйству. Сегодня передник стал символическим подарком, который преподносят в селе женщинам, которые помогают в приготовлении блюд для свадьбы. Передник и косынку дарит невесте посаженная мать в ритуале «раздевание невесты», «повязывание невесты», чтобы она стала хорошей хозяйкой.

Разновидности женской наплечной одежды

В теплое время года надевали жилеты, а зимой – длинные шерстяные безрукавки, подшитые мехом «*minteană*», или короткое полупальто «*scurteică, sucământel*». А так же носили овчинные безрукавки и тулупы, пальто. Жилеты шили из плотной шерстяной ткани темного цвета или вязали из шерсти. Меховые безрукавки «*bonda, bondiă, reptar*» отличались по типу кроя: с разрезом посередине и с застежками; с короткими полами без застежек; с разрезом на боку и застежками. Самой распространенной была безрукавка с разрезом посередине и с застежкой. Жилеты и безрукавки богато украшались орнаментом. Зимние шерстяные кофты украшались кружевами, лентами, а шерстяные безрукавки – орнаментом из тонкого шнура. В северных районах распространены безрукавки из белой шерсти «*sărtăgu*». Они украшались в сочетании черного декоративного шнура и белого поля безрукавки. Шнурок, пришитый к безрукавке, образует зигзагообразные линии вдоль бортов, ворота и вырезов на плечах.

Особенно богато расшивались женские безрукавки из кожи. Белое поле овчинной кожи вышивали цветными нитками мулине, бисером или украшали аппликациями из кусков кожи. Наиболее яркие безрукавки шили в северных районах Молдавии и в молдавских селах Черновицкой области. Для орнамента здесь использовали разноцветный бисер, красные и черные шерстяные нитки. Очень редко можно было встретить куртку с рукавами «*anterie*». По типу она похожа на болгарскую куртку, которая была широко распространена. Верхняя зимняя женская одежда мало отличается по покрою от мужской. Женщины носили длинную плечевую одежду из домотканого сукна „*suman*», а также полушубки «*sojocel*». Еще были распространены такие виды женской верхней одежды как «*jubea, zăbun, burnuz, rolis*». Каждый вид имел свои особенности, но по покрою они напоминали «*suman*»

Традиционные головные уборы и обувь

В прошлом существовало много разновидностей головных уборов, которыми женщины отличались от девушек. Девушки до замужества ходили с не покрытой головой, с распущенными волосами, а их голову покрывал венок из цветов или заплетали волосы в две косы. Во время свадьбы с невесты снимали свадебное покрывало и надевали женский головной убор. Это означало, что девушка перешла в категорию замужних женщин.

Традиционными считались головные уборы полотенчатообразного типа: «*sîgră*» – будничный и «*neframă*» – праздничный.

«*Sîgră*» – сложный головной убор, напоминающий русскую рогатую кичу. Основу составлял деревянный обод, передние концы которого срезаны и образуют рога. Обод укрепляли на голове при помощи платка и покрывали сверху полотенчатообразным убором, концы которого могли спускаться под подбородок или на плечи женщины.

Праздничный головной убор, «*neframă*», или «*maramă*», представлял собой платок, по форме напоминающий длинное полотенце. По форме и способу носки близок к древнерусским головным уборам. По древнерусскому обычаю свех кики, а также повойника и зимней шапки надевали платок, сложенный в виде треугольника – убрус, или наметка. Он складывался под подбородком так, что два его конца, часто украшенных вышивкой, спадали на

грудь. Зимним головным убором (особенно среди высших слоев населения) были шапки типа мужских, с матерчатым верхом и меховой опушкой, а также плоские моховые шапки с наушниками – «каптуры». С зимними головными уборами убрус могли носить и по-другому – надевать под шапку.

Для «neframă», ткань изготавливали легкую, часто прозрачную, шириной полметра и длиной до двух метров, изготавливали на небольшом ткацком станке. Полотно ткали из хлопчатобумажной или шелковой пряжи. Для праздничных видов употребляли золотые и серебряные нити. Мотивы могли быть разными – это либо геометрические полосы, либо гирлянды цветов. Орнамент мог располагаться не только по краям, но и по всему полю покрывала. Повязывали по разному, либо ткань покрывала голову, а концы были опущены на спину. Либо один конец опущен на грудь, а другой переброшен на спину – так носили в северных районах. Иногда завязывали под подбородком узлом и оба конца опускались на грудь.

Женской обувью с древних времен были «orinci» – обувь из сыромятной кожи, стянутой по верхнему краю. Летом крестьянки ходили босиком. В холодное время года зажиточные крестьянки надевали сапоги, кожаные ботинки. Туфли всегда шились на заказ, носились только по праздникам и передавались из поколения в поколение. Пожилым людям шили из валяной шерсти или вязали тапочки «totoci, cupici, tîrîiți».

Разновидности поясов

Обязательной частью молдавского костюма был пояс – древний элемент одежды. Археологические находки говорят, что на территории Молдавии уже в V веке в быту применяли кожаные пояса с металлическими накладками. В древности у молдован существовали верования в чудодейственную силу, которую придает пояс. Пояс, над которым был прочитан заговор, надевали для излечения больному или жениху на свадьбу – «на счастье». В некоторых селах был обычай, по которому весной перед посевом крестьяне, выйдя в поле, подбрасывали вверх красные пояса с пожеланиями, чтобы так же «высоко росла пшеница».

По форме пояса были различны. Наибольшее распространение имел пояс тканый шерстяной. Женщины помимо шерстяных носили шелковые разноцветные пояса. Пояс в прошлом служил как бы возрастным показателем, его надевали только взрослые женщины. Так, в преднестровских селах Севериновка, Подойма девушки носили широкие цветные пояса, сшитые из покупного сатина «brîu mare». Ширина пояса доходила до 15-18см. Поверх пояса повязывали несколько синих лент. В селах Слободзейского района, в послевоенные годы девушки на выданье подпоясывались косынкой, повязывая углом вниз. Замужние женщины, носили узкие, шерстяные пояса «brîu de lînă», вытканые на станке. Женские пояса были уже мужских. Пояс шириной 10-12см. назывался „cîngă». Были и еще тоньше пояса назывались «frîngii», которыми, подвязывали юбки. В северных районах можно было увидеть пояса с крупным рисунком, изображающим листья и цветы, а также ветви дерева с крупными листьями. Эти пояса были только женскими и вышивались разноцветными шерстяными нитками.

История еврейского костюма

Национальная еврейская одежда отличается богатой историей. В процессе создания традиционного костюма представителям данной народности удалось добиться того, что получившийся наряд позволял им выглядеть естественно в любом месте, не обезличивая их при этом. В изначальном варианте подобного наряда четко прослеживается влияние культуры Вавилона. Избавившись от рабства, представители этой народности продолжали впоследствии носить две рубашки с длинными либо короткими рукавами. Под низ надевалась полотняная, а сверху – шерстяная. Дополнялся подобный наряд широким поясом. Пояса зажиточных горожан были сделаны из льняной либо шерстяной ткани и щедро декорированы золотом и драгоценными камнями. Бедняки использовали для этой цели простые изделия из кожи либо войлока.

В период правления царя Соломона национальные костюмы евреев приобрели более роскошный вид. Их начали шить из воздушных, лёгких тканей, украшая драгоценными камнями, а также золотой и серебряной вышивкой. Девушки из зажиточных семей нередко вплетали в причёски нити жемчуга, кораллов и пластинки из золота, стремясь ещё более подчеркнуть тем самым своё социальное положение. С наступлением XX века традиционная одежда этой нации постепенно утратила былой шик. Национальный наряд стал значительно более сдержанным и лаконичным. Для максимально гармоничного взаимодействия с европейским обществом евреи начали носить длинные сюртуки и шляпы чёрного цвета. Этот обычай они сохранили до сих пор, несмотря на то, что во всём мире подобная одежда давно уже вышла из моды.

Особенности еврейского костюма

Национальному еврейскому наряду удалось, пройдя сквозь века, сохранить свою самобытность и уникальность, даже несмотря на то, что многое в нём было позаимствовано из одежды других народов. Традиционная одежда представителей этой нации отличается скромностью и сдержанностью. Современные, далёкие от религии люди могут даже посчитать её старомодной.

Ткани и фасон

Еврейская культура всегда основывалась на городской жизни. По этой причине крестьянских моделей национального еврейского наряда не существует.

Еврейским девушкам никогда не приходилось прибегать к самостоятельному изготовлению ткани для пошива различных предметов гардероба. Необходимые для этого ткани в большинстве случаев покупали на рынках. Разновидность приобретаемой для этих целей ткани зависела от достатка и особенностей местной моды.

Женская еврейская одежда

Женский традиционный еврейский наряд состоял из платья либо блузки с юбкой и передника. Основной характеристикой этой одежды была практичность. Наряды шили из тканей преимущественно тёмных оттенков (коричневого, серого и чёрного). Бытовало мнение, что передник помимо своей главной функции также может защитить от сглаза и проклятий. Платья, как правило, декорировали кружевом и вышивкой белого цвета, символизирувавшей чистоту. Талию плотно обхватывал пояс из кожи.

Головные уборы

Еврейские женщины также носили шляпки, надевая под них парики. Для украшения обычно использовались изящные бусы, надеваемые в два ряда.

Обувь и аксессуары

В качестве обуви использовались комфортные чёрные ботинки с высокими голенищами. Такая обувь надевалась летом на босые ноги плотно и шнуровалась до самого верха, а зимой – на связанные собственноручно чулки, при помощи подвязок крепившиеся на уровне колен либо немного выше. Современные женщины, как правило, носят туфли без каблуков. В качестве аксессуаров в большинстве случаев применяются широкие пояса, в некоторых случаях используются также галстуки соответствующего оттенка. Использование галстука вызывает массу противоречий, поскольку при его завязывании формируется узел, напоминающий по своей форме крест.

Современные модели еврейского костюма

Современный национальный еврейский костюм. В современном мире традиционная одежда евреев продолжает оставаться достаточно популярной. Обязательными элементами религиозных представителей этой народности являются ермолка и накидка. Несмотря на то,

что внешне подобные предметы гардероба немного упростились, полноценный национальный наряд часто надевают на собрания и разные торжественные мероприятия.

Народный костюм Венгрии

В древние времена предки венгров жили далеко от своей нынешней родины – на юге Западной Сибири и за Уралом. В I в. они перешли в Приазовские степи и жили там в союзе с тюрками-оногурами (уграми), затем – в конце IX в. – поселились на Среднедунайской равнине и в Карпатских горах. Там мадьяры (как себя называют венгры) обрели свою новую родину. Смешавшись со славянским населением, они сохранили свой финно-угорский язык (близкий к языкам хантов и манси). В 1000 г. с принятием христианства в центре Европы возникло новое королевство – Венгрия.

Женский костюм

Непомерная пышность коротких рукавов блузок, объем плиссированных юбок, а также многоцветный колорит нарядов создавали поистине праздничное настроение. Венгерки крахмалили свои нижние полотняные юбки пендей и порой надевали их до девяти штук. На севере, в медье (области) Ноград, яркую короткую юбку носили с темным фартуком. Вышивки с огромными цветами украшали белые фартуки, блузки и корсажи жительниц города Калоча (центр страны). Женщины народности калотасеги, живущие в Мако, в медье Чонград (на юго-востоке) подворачивали свои плиссированные юбки под длинный фартук.

Короткие рубахи в Нограде обшивали по вороту черной бахромой (у калотасегов бахрому заменял красный бант с кистями) и носили с черным корсажем. Очень популярны у венгров были яркие приталенные жакеты и богато отделанные безрукавки пруслики. На всю Венгрию славились своей красотой шали, вышитые шелком мастерицами народности мадьо из северного города Мезёкёвешда (в их праздничный костюм одета даже Дева Мария на фреске в храме Святого Ласло).

Головные уборы. Девичьи венец и чепец парта украшали длинные узорчатые ленты. В Задунайском крае женщины носили белый полотняный головной убор пача. Часто венгерки покрывали голову платком или покрывалом. В Мако они опускались вдоль спины до самой земли. Женщины Мезёкёвешда по праздникам носили грандиозный головной убор из цветов, перьев и бусин.

Головными уборами венгров были барашковые шапки, небольшие шляпы, украшенные шелковой лентой, а по праздникам – букетиком или пером. Чикоши носили шляпы с широкими полями.

Особенности татарского костюма

Костюм татар состоит из рубашки (кулмэк), шароваров (ыштын) и распашного халата. Шьётся он в минималистичной цветовой гамме. Самые популярные цвета – бордовый, синий, жёлтый, белый, зелёный. Наряд, обувь и головной убор обильно украшены декоративными элементами. Очень популярна вышивка золотом, монеты и бусины. Чаще всего используются растительные узоры.

Мужской и женский костюм имеют мало отличий. В обоих случаях присутствует рубаха в виде туники с глубоким нагрудным вырезом и клиньями по бокам. Она очень просторная и не стесняет движений. В Татарстане вместо выреза на груди используется воротничок-стойка. Поскольку рубаха очень просторная, она носится без пояса. В прошлом женская туника по длине достигала ступней. Рубаха изготавливалась из хлопка, шерсти, шелка и даже парчи. Она украшалась яркими ленточками, золотой тесьмой, тончайшим кружевом или бижутерией. Женщины под нее надевали тешелдрек или кукрекче, которые закрывали

нагрудный вырез. Шаровары изготавливались из плотной льняной ткани: женские – из однотонной материи, мужские – из полосатой.

Верх, который надевался на сорочку, распашной. Лёгкая приталенность этой одежды придаёт татаркам грациозность. Верхняя одежда запахивается вправо и имеет боковые клинья. Татарский наряд невозможен без пояса – вязанного или текстильного. Женский костюм длиннее мужского и выглядит богаче благодаря аппликациям, меху и вышивке. Сверху рубашки женщины носили халаты и блузки, изящные распашные камзолы, длина которых достигала бёдер или колен. Сам камзол мог быть с рукавами или без них. Его пойма, рукава и подол украшались монетами, перьями или тесьмой. Туника тоже богато украшалась. Безрукавка надевалась поверх рубахи. Она изготавливалась из бархатного материала и дополнялась мехом или позолоченной тесьмой. Пояс – ещё один важный элемент татарского костюма. Он изготавливался с применением крупных золотых и серебряных пряжек. Зимой к традиционному наряду добавляли шубы.

Украшения По украшениям судили о достатке семьи. Количество и качество нарядов говорило не только о женщине, но и о паре в целом. Девушка обязательно надевала на себя множество дополнительных украшений: кольца, перстни, печатки; серьги, разнообразные наконечники; подвески, ожерелья; монисто, браслеты; поясные пряжки.

Серьги – обязательный атрибут татарки, который носили с раннего детства до самой старости. Уши девочкам прокалывали в 3-4 года. Форма серёжек была классической или позаимствованной у других народов. Украшения для шеи имели практическое значение: они закрывали глубокий вырез на груди костюма.

Татарки из всех драгоценных камней отдавали предпочтение сердолику, бирюзе, хрусталу, топазам и аметистам. Каждое украшение изготавливалось под заказ и передавалось по наследству, коллекция постепенно дополнялась новыми вещами. Это объясняет разнообразие и привлекательность старинных татарских украшений, дошедших до наших дней. Ещё один чисто татарский элемент – перевязь. Это полоска ткани, которая носилась через плечо. У верующих имелись специальные карманы, в которых они носили выдержки из Корана. Мужчины тоже украшали себя и носили перстни с крупными камнями, а также пряжки.

Головные уборы

Внешний вид головного убора говорил о семейном положении татарки. Юные носили однотипную тканевую или меховую шапочку бурек или такую. Она украшалась вышивкой, бусинами, серебром и кораллами. Замужние женщины носили головной убор, состоящий из трёх частей. Нижняя часть закрепляла волосы (татарки часто носили две косы), потом шло покрывало, и затем обруч, повязка, платочек или шапка, задача которых – фиксировать покрывало.

Обувь

В роли обуви в традиционном татарском костюме использовались сапоги читек или ичиги – их носят в течение всего года, надевая на тканые чулки. Летом используются модели с мягкой кожей, зимой – с грубой. Обыденные варианты были чёрного цвета, праздничные украшались мозаичным орнаментом, аппликацией и вышивкой. Традиционная рабочая обувь – разновидность русских лаптей, которая называется чабата. Обувь обязательно была с завёрнутыми вверх носками: татары считали, что нельзя царапать носками родную землю.

Праздничные наряды

По особым случаям татары надевали особо пышную и нарядную одежду. От обыденной она отличалась дорогим материалом, а также обилием декоративных украшений. Так, платье невесты могло быть белым или глубоко-зелёным, вишнёвым или цветом морской

волны – именно это традиционные татарские цвета. Невесты предпочитали комбинировать белые платья с камзолом и сапожками.

Голова невесты покрывалась свадебной накидкой или расписным калфаком. Жених надевал тёмно-синий костюм, который расшит народным узором. Он также должен иметь головной убор, соответствующий общему стилю. Современные татарские наряды, хотя и делаются на европейский манер, сохраняют колорит и традиционные элементы. Например, обязательные атрибуты для такой одежды – классический А-образный фасон, соблюдение длины, обилие украшений и традиционных орнаментов.

Костюм для танцев тоже видоизменился. Он стал короче и может шиться из других материалов. Несмотря на это, он сохраняет национальную стилистику. В состав такого наряда входит жилетка-разлетайка, шапочка с кисточкой и покрывалом. В сочетании с орнаментами всё это делает современный танцевальный татарский костюм по-прежнему узнаваемым.

Современность

Со временем традиционный татарский костюм претерпел изменения. Сейчас наряд может иметь другой фасон и длину, но в нём сохранились узнаваемые детали. К последним относится растительный орнамент, неизменная шапочка-калфак, большое количество украшений как на девушке, так и на самом костюме. Калфак шьётся в тон платью, он может быть однотонным, а также иметь форму, немного отличающуюся от классической.

Ткань и орнаменты

В изготовлении наряда использовалась разная ткань, это зависело от его назначения. Одежда для ежедневного использования изготавливалась из хб-полотна или сукна ручного производства. В качестве подкладки брали овчину или обыкновенную вату. Праздничные камзолы и сорочки изготавливались из шёлковой нити, парчи и шерстяного материала. Дополнялись они роскошной вышивкой и тесьмой. меховые вставки представлены соболем, песцом или лисицей.

Декоративные швы, характерные для татарской ткани: 1. Вразброс – толстые разноцветные нити формируют орнамент из полосок. Используются в изготовлении шарфов и поясов. 2. Кипрская ткань – волокна накладываются на нити основы, полностью закрывая их. Характерный почерк такого стиля – ступенчатые зазоры. 3. Досочный – нити повторяются на изнаночной и лицевой стороне. Такое шитьё напоминает оригинальную вышивку.

Ключевое место в вышивке играет растительный орнамент. Это собирательный образ, в котором реализуются несуществующие в мире формы, цветы, листья и плоды. В узорах преобладает асимметрия, хотя она не нарушает естественности и равновесия. На характер растительных орнаментов повлияли традиции народов Передней и Малой Азии. Условно эти узоры делят на три категории: 1. Степной – мак, гвоздика, тюльпаны, незабудки. 2. Луговой – колокольчики, васильки, ромашки, шиповник. 3. Садовый – хризантемы, георгины, астры, пионы, розы, нарциссы, ирисы.

Также в нарядах встречаются орнаменты в виде виноградной лозы и колосков, ягод, листьев пальм. Для татарской вышивки характерна полихромность – когда один и то же мотив выполняется разными цветами. Геометрическим узорам отводится второстепенная роль. Прежде всего, это меандры, волны, сердечки. Старинные татарские наряды иногда украшались арабской вязью.

Чем украшают татарский костюм

Национальный костюм – это прекрасное наследие, которым гордится татарский народ. Народная одежда представляет не только эстетическую ценность, но и культурную: наряд может многое рассказать об обычаях и истории татар. Хотя он претерпел много изменений, его суть осталась неизменной – изящество, удобство и достоинство.

**Календарно-тематическое планирование
1 год обучения**

№	Месяц	Неделя	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма контроля
1	Сентябрь	1-я неделя	Беседа	2	«Хореография, взгляд в профессию». Техника безопасности.	Опрос
			Постановочная работа	2	Лирический этюд с цветами (распределение ролей, музыка, замысел, история костюма, терминология).	Практический показ
			Классический танец	2	Повторение пройденного материала.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Повторение пройденного материала.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Весенний хоровод с цветами (переходы в кругах).	Практика.
			Классический танец	2	Комбинация на plié.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Demi-plies и grand-plies (с акцентом вниз и вверх) в характере греческого танца.	Практический показ
			Постановочная работа.	2	Весенний хоровод с цветами (переходы в линиях).	Наблюдение
			Классический танец	2	Комбинация на battement tendus в сочетаниях с позами (croisee, efface, ecarte).	Практический показ

2		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement tendu с переводом работающей ноги с носка на каблук в характере русского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Весенний хоровод с цветами (рисунки танца).	Творческий зачет
			Классический танец	2	Battement tendu jetes комбинация в сочетаниях с позами (croisee, efface, ecarte).	Практический показ
	Октябрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement tendu с demi-plies на опорной ноге в характере русского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Комбинации в лирическом этюде (шаги, припадания).	Практика.
			Классический танец	2	Комбинация на rond de jamb par terre en dehor, en dedan.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Маленькие броски (battements tendus jetes) с полуприседанием на опорной ноге в характере гуцульского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Весенний хоровод с цветами (рисунки танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Комбинация battement fondus.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Маленькие броски (battements tendus jetes) с двойными бросками в гуцульском характере.	Практический показ

			Постановочная работа	2	Болгарский этюд (характер танца и его особенности, национальный костюм, терминология).	Практический показ
			Классический танец	2	Pas tombe с продвижением.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Круговые скольжения по полу в еврейском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Основной шаг болгарского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Комбинация battements frappe.	Практический показ
		5-я неделя	Народно-сценический танец	2	Круговые скольжения по полу в еврейском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Перескоки в болгарском танце.	Практический показ
3	Ноябрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battements fondues на всей стопе и с подъемом на полупальцы в характере польского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Движения в линиях держась за пояса друг друга.	Практический показ
			Классический танец	2	Комбинация на adagio.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battements fondues на всей стопе и с подъемом на полупальцы в характере польского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Движения в линиях держась за пояса друг друга.	Практический показ
			Классический танец	2	Комбинация на grand battement jetes.	Практический показ

		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Каблучное в русском характере.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Движения в тройках болгарского этюда.	Практический показ
			Классический танец	2	Поворот soutenu на 360 ⁰	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Веревочка в венгерском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Движения в тройках болгарского этюда.	Практический показ
			Классический танец	2	Grand rond de jambe.	Практический показ
		1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battements developpe на 90 (развертывание ноги) с одним ударом каблучком опорной ноги в характере венгерского танца.	Практический показ
			Постановочная работа.	2	Шаги по кругу в болгарском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Grand rond de jambe.	Практический показ
4	Декабрь	2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Grand battement jetes в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Рисунки болгарского этюда.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Battement tendu pur batterrie .	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Лирическая комбинация на середине (Бытовой шаг с притопом, «Шаркающий шаг»).	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Рисунки болгарского этюда.	Практический показ
			Классический танец	2	Battement tendu pur batterrie .	Практический показ

		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Лирическая комбинация на середине шаг с каблука, удар полупальцами по полу.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Отработка болгарского этюда.	Практический показ
			Классический танец	2	Туры из 2 позиции.	Практический показ
		5-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Переменный шаг» с притопом и продвижением вперёд и назад.	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Rond de jamb en l’air en dehor, en dedan.	Практический показ
5	Январь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Переменный шаг с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижение вперёд и назад.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Сибирская плясовая (областные особенности, сюжет, терминология, костюм).	Практический показ
			Классический танец	2	На середине. Battement tendu в позах в сочетании с degagee и фиксацией arabesque.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Девичий ход» с переступанием.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Сибирская плясовая (областные особенности, сюжет, терминология, костюм).	Практический показ
			Классический танец	2	Battements tendu jete в позах в сочетании с balancoire.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Боковое «припадание» с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.	Практический показ

			Постановочная работа	2	Танцевальные комбинации на материале Сибирской пляски.	Практический показ
			Классический танец	2	Battements tendu jete pique с фиксацией arabesque.	Практический показ
		4- неделя	Народно-сценический танец	2	Боковое припадание с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги).	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Дроби на материале Сибирской пляски.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Battements fondu в сочетании с soutenu и demi plie во всех направлениях на 45.	Практический показ
		1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробь двойная с переступаниями. «Ключ» с двойной дробью.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Вращения характерные для Сибирской пляски.	Практический показ
			Классический танец	2	Pas echappe en tournant по 1/4, 1/2 оборота.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Тройная дробь на месте и с продвижением вперед.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Отработка танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробная дорожка каблуками и полупальцами на месте и с продвижением вперед.	Практический показ

			Постановочная работа	2	Утушка луговая (постановка рук).	Творческий зачет
			Классический танец	2	Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (основной ход).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Battements frappe в позах на 45.	Практический показ
7	Март	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.	Практика
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (работа в четверках).	Наблюдение
			Классический танец	2	Battements frappe в позах на 45.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробь на «три ножки».	Практический показ
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (вращения в парах).	Практический показ
			Классический танец	2	Petit battement sur le cou-de-pied с акцентом en face и epaulement.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение на середине зала на двух ногах.	Творческий зачет
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (рисунки танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Petit battement sur le cou-de-pied с акцентом en face и epaulement.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение на середине зала на одной ноге	Практический показ

8	Апрель				с подниманием другой ноги до колена.	
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (рисунки танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Sisson в I arabesque.	Практический показ
		1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение на середине зала обертас.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (отработка танца).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Pas tombee на месте, другая нога на sur le cou-de-pied.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение по диагонали в подскоках в молдавском характере.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Утушка луговая (отработка танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Temps lie par terre en dehors et en dedans с перегибом корпуса.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение на каблуке.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вальс цветов (работа рук).	Практический показ
			Классический танец	2	Temps lie par terre en dehors et en dedans с перегибом корпуса.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Обертас с поджатой ногой, с подпрыжкой.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вальс цветов (основной ход).	Практический показ
			Классический танец	2	Grand battements jete pointee в больших позах.	Контрольный просмотр

		5 – я неделя	Классический танец	2	Grand battements jete pointee в больших позах.	Практический показ
9	Май	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение на середине. Поджатые.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вальс цветов (прыжки).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Полька по кругу (усложненная поклонами, остановками).	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Лирический этюд в характере русского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вальс цветов (рисунки танца).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Подготовка к открытому занятию.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Подготовка к открытому занятию.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вальс цветов (отработка танца).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Показ по классическому танцу.	Открытое занятие
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Показ по народному танцу.	Открытое занятие

2 год обучения

№	Месяц	Неделя	Форма занятия	Количество часов		Форма контроля
1	Сентябрь	1-я неделя	Беседа	2	Народный танец – как культурное наследие и патриотическое воспитание. Техника безопасности.	Опрос
			Постановочная работа	2	Греческий танец (история костюма, характер танца, особенности национальной культуры).	Практический показ
			Классический танец	2	Повторение пройденного материала за 1 год обучения.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	<u>Экзерсис у станка</u> Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по открытым и прямым позициям в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Основной шаг танца Сиртаки.	Занятие – игра
			Классический танец	2	Battement tendu затакт и на ¼ такта.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие по открытым и прямым позициям в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Работа рук в греческом танце.	Наблюдение
			Классический танец	2	double Battements fondu.	Практический показ

2		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Скольжение ногой по полу (battements tendus) с полуприседанием в татарском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Рисунки греческого танца.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Положение attitude вперед и назад как составная часть adagio.	Практический показ
	Октябрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Скольжение ногой по полу (battements tendus) с полуприседанием в татарском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вращения в греческом танце.	Занятие – игра
			Классический танец	2	Battements double frappe на полупальцах с окончанием на demi plié en face и в позы.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Маленькие броски (battements tendus jetes) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании в украинском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Комбинации в линиях греческого танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Battements double frappe на полупальцах с окончанием на demi plié en face и в позы.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Маленькие броски (battements tendus jetes) сквозные по 1-й открытой позиции (balancoirs) со встречным проскальзыванием на опорной ноге в полуприседании в	Практический показ

					украинском характере.	
			Постановочная работа	2	Отработка греческого танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Petit battements на 1/8 такта на полупальцах.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Полуприседания на опорной ноге на 90 (battements fondues) - на всей стопе, с подниманием на полупальцы, с наклоном корпуса в координации с движением руки в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Гуцульский лирический танец (национальный костюм и его особенности).	Практический показ
			Классический танец	2	Grand battements jete developpe (мягкий battements).	Практический показ
		5-я неделя	Народно-сценический танец	2	Полуприседания на опорной ноге на 90 (battements fondues) - на всей стопе, с подниманием на полупальцы, с наклоном корпуса в координации с движением руки в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Работа с предметом в гуцульском танце.	Контрольный просмотр
3	Ноябрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Flic-flac с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя в прямом положении, в открытом положении вперед, в сторону и назад в молдавском характере.	Практический показ

			Постановочная работа	2	Веревочка в гуцульском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Battement developpe ballotte.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Flic-flac с двумя мазками подушечкой работающей стопы с акцентом от себя в прямом положении, в открытом положении вперед, в сторону и назад в молдавском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Упадание (с ковырялкой, в повороте, по разным позициям) в гуцульском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Battements developpe с коротким balance вперед, в сторону, назад.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Каблучное в русском характере.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Рисунки в гуцульском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Battements developpe с коротким balance в позах.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Каблучное в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Отработка гуцульского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Grand battements jete в комбинации с pointee, с passe par terre через I позицию.	Практический показ
4	Декабрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Развёртывание ноги (battements developpes) на 90 с двойным ударом каблук опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и	Практический показ

					назад плавное, резкое в координации с движением руки в польском характере.	
			Постановочная работа	2	Молдавский танец (костюм и его особенности, музыкальный материал, характер танца).	Практический показ
			Классический танец	2	<u>Экзерсис на середине</u> Полька по кругу (усложненная поклонами, остановками).	Практический показ
	2-я неделя		Народно-сценический танец	2	Развёртывание ноги (battements developpes) на 90 с двойным ударом каблуком опорной ноги в полуприседании вперед, в сторону и назад плавное, резкое в координации с движением руки в польском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Подскоки в молдавском танце.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Soutenu en tournant en dehors, en dedans по ½ и целому повороту , начиная носком в пол и на 45.	Практический показ
	3-я неделя		Народно-сценический танец	2	Большие броски в характере татарского танца.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Бег и вращения в молдавском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Soutenu en tournant en dehors, en dedans по ½ и целому повороту , начиная носком в пол и на 45.	Практический показ

		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Большие броски в характере татарского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Комбинации ног в молдавском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Pas de bourree с переменной ног.	Практический показ
		5-я неделя	Народно-сценический танец	2	Упражнения на середине зала. Боковые перескоки с ударами в пол.	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Double assemble.	Практический показ
	5	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Боковые перескоки с ударом каблуком впереди стоящей ноги.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Прыжки в молдавском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Tour en dehors, en dedans из V позиции.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Ключ» с двойной дробью.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Комбинации ног в молдавском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Pas tombe с продвижением, работающая нога - в положении sur le cou- de-pied носком в пол.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробная «дорожка» с продвижением вперед и с поворотом.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Рисунки молдавского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Pas assemble с продвижением в сочетании с pas glissade.	Практический показ

6		4- неделя	Народно-сценический танец	2	Двойная дробь на месте, с поворотом и с продвижением вперед.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Рисунки молдавского танца.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Sissonne tombee en face, в позах.	Практический показ
	Февраль	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Моталочка» с задеванием пола каблуком, с акцентом на всю стопу, с задеванием пола полупальцами, с задеванием пола попеременно полупальцами и каблуками.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Отработка молдавского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Tour en dehors, en dedans из IV позиции.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Маятник» в прямом положении.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (основной ход).	Практический показ
			Классический танец	2	Sissonne ouverte pas developpe на 45 градусов во всех направлениях, позже в позах.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Быстрый русский бег с продвижением вперед и назад.	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (дробь в танце).	Творческий зачет
			Классический танец	2	Pas de bourree ballotte.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращения по кругу комбинированные.	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (комбинации ног).	Контрольный просмотр

			Классический танец	2	Pas de bourree en tournant en dehors, en dedans.	Практический показ
7	Март	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращения по диагонали комбинированные.	Занятие – игра
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (комбинации ног).	Наблюдение
			Классический танец	2	Temps lie на 45 вперед.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращения на месте комбинированные.	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (работа в четверках).	Практический показ
			Классический танец	2	Temps lie на 45 назад.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробные дорожки по диагонали.	Творческий зачет
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (вращения).	Практический показ
			Классический танец	2	III port de bras (с растяжкой) без перехода и с переходом с опорной ноги.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробные дорожки по диагонали.	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (рисунки).	Практический показ
			Классический танец	2	IV форма port de bras.	Практический показ
8	Апрель	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Комбинированные дорожки по диагонали (моталочки, дробы, молоточки).	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Тороторки» (отработка).	Контрольный просмотр

			Классический танец	2	Прыжки. Pas de chat.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Притопы в русском танце Курской области	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	«Смуглянка» (основной ход).	Практический показ
			Классический танец	2	Pas de bourree Sui vi.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Притопы в русском танце Курской области	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Смуглянка» (веревочка).	Практический показ
			Классический танец	2	Battement divise en quarts en dehors.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Танцевальный поклон с особенностями Курской области	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Смуглянка» (комбинации ног).	Практический показ
			Классический танец	2	Battement divise en quarts en dehors.	Контрольный просмотр
		5 – я неделя	Классический танец	2	Grand rond de jambe jete.	Практический показ
9	Май	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробы Курской области	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Смуглянка» (рисунки).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Grand rond de jambe jete.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращения Курской области	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Смуглянка» (отработка).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Подготовка к открытому занятию.	Практический показ

		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Подготовка к показу по народному танцу	Практический показ
			Постановочная работа	2	Концерты.	Занятие – игра
			Классический танец	2	Открытое занятие	Открытое занятие
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Открытое занятие	Открытое занятие

3 год обучения

№	Месяц	Неделя	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Форма контроля
1	Сентябрь	1-я неделя	Беседа	2	Легенды русского балета	Опрос
			Постановочная работа	2	Еврейский танец (национальный костюм и его особенности, музыка, характер танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Повторение пройденного материала за 2 год обучения.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	<u>Экзерсис у станка</u> Полуприседания (demi-plie) и полные приседания (grand-plie) резкие, плавные, с поворотом колен по 1-ой прямой позиции с включением поз, перегибаний, port de bras, «волн» в корпусе, поворотов на одной и двух ногах, приседаний на высоких полупальцах в характере восточного танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вращения в еврейском танце.	Наблюдение
			Классический танец	2	Battement tendu – все направления с pour le	Практический показ

					pied.	
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Полуприседания (demi-plie) и полные приседания (grand-plie) резкие, плавные, с поворотом колен по 1-ой прямой позиции с включением поз, перегибаний, port de bras, «волн» в корпусе, поворотов на одной и двух ногах, приседаний на высоких полупальцах в характере восточного танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Работа рук в еврейском танце.	Наблюдение
			Классический танец	2	Battement tendu с demi-plie во 2 позиции без перехода и с переходом.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement tendu (каблучный) в характере башкирского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Работа с предметом в еврейском танце.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Battement tendu с demi-plie в 4 позиции без перехода и с переходом.	Практический показ
2	Октябрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement tendu (каблучный) в характере башкирского танца.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Комбинации в кругу и в линиях.	Практический показ
			Классический танец	2	Battement tendu passé par terre.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement tendu jete с опусканием рабочей ноги на каблук в пол в молдавском	Практический показ

					характере.	
			Постановочная работа	2	Рисунки в еврейском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Полуповороты в 5 позиции с переменной ног на полупальцах en dehors et en dedans с вытянутых ног.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement tendu jete с опусканием работающей ноги на каблук в пол в молдавском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Рисунки в еврейском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Pas de bourree simpl en face без перемены ног и с переменной ног.)	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Rond de jambe воздушный в итальянском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Отработка еврейского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Battements tendu pour batterrie (как подготовка к заноскам.	Практический показ
		5-я неделя	Народно-сценический танец	2	Rond de jambe воздушный в итальянском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Отработка еврейского танца.	Контрольный просмотр
		1-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Веребочка» в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Венгерский танец (национальный костюм	Практический показ

					и его особенности, музыка, характер танца).	
			Классический танец	2	Adagio в сочетании с battements releve lent на 90 во всех направлениях.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Веревоочка» в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вращения в венгерском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Grand battements jete developpe (мягкий battements).	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Веер» в цыганском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Работа рук в венгерском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Туры из 4 позиции.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	«Веер» в цыганском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Комбинации в кругу и в линиях.	Практический показ
			Классический танец	2	<u>Экзерсис на середине</u> Preparation к pirouette с IV, V позиции.	Практический показ
4	Декабрь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Battement fondu на 90° с перегибами корпуса в русском характере. Двойное pas tortilla в русском характере.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Рисунки венгерского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Tours chaines.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Развертывание работающей ноги	Практический показ

					(Battement developpe) плавное, резкое в еврейском характере.	
			Постановочная работа	2	Отработка венгерского танца.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Preparation к glissade en tournent и вращение glissade en tournent по диагонали.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Развертывание работающей ноги (Battement developpe) плавное, резкое в еврейском характере.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Татарский танец (женский национальный костюм, обувь, украшения, орнамент).	Практический показ
			Классический танец	2	Preparation к tour en dedans et pirouettes en dedans (tour pique).	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Испанские выстукивания (zapateado).	Практический показ
			Постановочная работа	2	Работа с фартуком, с вуалью в татарском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Preparation к tour et pirouettes en dehors с dedagee (по диагонали).	Практический показ
		5-я неделя	Народно-сценический танец	2	Основной бег татарского танца.	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Tours с temps leve sur le cou de pied.	Практический показ
5	Январь	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Grand battement jete с tombe-coupe в болгарском характере (подъем на полупальцы, полуприседание в опорной ноге в момент	Наблюдение

					броска, бросок с прыжком на опорной ноге, бросок с промахом (balancoire), различные растяжки, наклоны и перегибания корпуса).	
			Постановочная работа	2	Комбинации ног в татарском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Arabesque: (I, II, III, IV) в сочетании с port de bras.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Grand battement jete с tombe-coupe в болгарском характере (подъем на полупальцы, полуприседание в опорной ноге в момент броска, бросок с прыжком на опорной ноге, бросок с промахом (balancoire), различные растяжки, наклоны и перегибания корпуса).	Практический показ
			Постановочная работа	2	Вращения в татарском танце.	Практический показ
			Классический танец	2	Tours с temps leve sur le cou de pied.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Подскоки с притопом, в парах, со сменой позиций.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Рисунки татарского танца.	Практический показ
			Классический танец	2	Grand assemble en tournant (прыжок с поворотом корпуса).	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Переменный русский ход: простой и с ударом о каблук, через каблук, с поочередным	Контрольный просмотр

					открыванием и закрыванием рук.	
			Постановочная работа	2	Отработка татарского танца.	Творческий зачет
			Классический танец	2	Grand assemble en tournant (прыжок с поворотом корпуса).	Практический показ
6	Февраль	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробные движения – дробная дорожка из стороны в сторону с двойным ключом в конце.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Концерты.	Практический показ
			Классический танец	2	Tour en lair по I позиции.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Перескоки с ноги на ногу с ударом каблук впереди стоящей ноги и заканчивающиеся двойным ключом.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Девичья плясовая (комбинация ног).	Практический показ
			Классический танец	2	Сценический saut в 1-й arabesque.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Трилистник – ход по кругу с притопом и подряд.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Девичья плясовая (комбинация ног).	Творческий зачет
			Классический танец	2	Grand rond de jambe jete.	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Комбинированные дробы.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Девичья плясовая (комбинация вращений).	Контрольный просмотр

			Классический танец	2	Port de bras (пятое).	Практический показ
7	Март	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробь с выносом на каблук.	Наблюдение
			Постановочная работа	2	Девичья плясовая (рисунки).	Наблюдение
			Классический танец	2	Grand port de bras (шестое).	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробь «горох» с притопом.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Девичья плясовая (работа с платком).	Практический показ
			Классический танец	2	Temps lie (на 90').	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Русский лирический комбинация.	Творческий зачет
			Постановочная работа	2	Девичья плясовая (отработка танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Temps lie (на 90').	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Русский лирический комбинация.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Военный Вальс (шаги).	Практический показ
			Классический танец	2	Flic-flac с Battements tendu.	Практический показ
8	Апрель	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение «бегунок» по кругу.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Военный Вальс (рисунки).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Flic-flac с Battements tendu.	Практический показ
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Дробь в повороте.	Контрольный просмотр
			Постановочная работа	2	Военный Вальс (работа в парах).	Практический показ

			Классический танец	2	Прыжки. Grand jete (вперед).	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение «блинчики» по кругу.	Практический показ
			Постановочная работа	2	Военный Вальс (отработка танца).	Практический показ
			Классический танец	2	Прыжки. Grand jete (вперед).	Практический показ
		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращения по кругу комбинированные..	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Калинка» (основной ход).	Практический показ
			Классический танец	2	Экзерсис у станка в комбинациях.	Контрольный просмотр
		5 – я неделя	Классический танец	2	Экзерсис на середине зала в комбинациях.	Практический показ
	9	1-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращение на месте комбинированные.	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Калинка» (комбинации ног).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Комбинированные прыжки.	Контрольный просмотр
		2-я неделя	Народно-сценический танец	2	Вращения в парах.	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Калинка» (рисунки).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Подготовка к показу по классическому танцу.	Практический показ
		3-я неделя	Народно-сценический танец	2	Подготовка показа по народному танцу	Практический показ
			Постановочная работа	2	«Калинка» (отработка танца).	Контрольный просмотр
			Классический танец	2	Открытое занятие.	Открытое занятие

		4-я неделя	Народно-сценический танец	2	Открытое занятие.	Открытое занятие
--	--	------------	---------------------------	---	-------------------	------------------