**Методические материалы**

**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**художественной направленности**

**«Кадетство» (5-9 классы)**

 **Падеграс**- (от франц. pas de grase), *парный бальный* танец со спокойными, изящными движениями, муз. размер  - 4/4. Он был сочинен в России в конце XIX в. русскими балетмейстерами Е. М. Ивановым и А. П. Бычковым. А «иностранные» названия объясняются тем, что в XIX веке французская терминология в танцевальной культуре была столь же традиционной и общепринятой, как латынь в медицине и итальянский язык в музыке. Простота и изящество падеграса обеспечили ему долгую жизнь. Танец занимает 8 тактов. Изучению падеграса должно предшествовать разучивание движений по одному. Каждое *па* должно быть отточено, неряшливость исполнения недопустима. Следует обратить внимание на плавность перехода от движения к движению, на неторопливые движения рук. Партнерам следует быть внимательными друг к другу при перемене положения в паре.

**Полька.**

Старинный чешский танец, а не польский, как кажется из названия. Муз. размер 2/4. Слово «полька» происходит от слова «pulka», что по-чешски означает «половина». И действительно, основное движение этого жизнерадостного танца состоит из двух полушагов, соединенных приставкой. Бальная полька родилась из народного чешского танца и во многом сохранила его черты. Ни один праздник в Чехии не обходится без задорной и веселой польки. В первой половине XIX в. польку привез во Францию чешский хореограф Йозеф Нэруда.

40-е годы XIX в. были временем бурного увлечения полькой по всей Европе, в т. ч. и в России. Ее успех затмил даже вальс. «Все - от одежды до блюд - стало называться полькой». Жизнерадостность, игривость, легкость, не характерная для танцев того времени, содействовали триумфальному шествию польки по всему миру. Полька соединяет в себе объятия, свойственные вальсу, с невероятной энергией и жизненной силой. Беспечность и легкость - ее природа. Новый танец позволял танцевать спонтанно и только для удовольствия. Впоследствии появились некоторые разновидности этого танца, правда, изначальная полька пережила всех своих наследников.

Подобно всем *бальным танцам*, созданным на народной основе, полька хорошо приспособилась к новым условиям исполнения в танцевальном зале. Вся ее прелесть неизменна - в веселом *ритме*, в быстрых и легких подпрыгивающих движениях и поворотах танцующих пар. В польке используются различные *фигуры*, которыми танцующие могут варьировать по своему желанию.

Музыка этого танца была по достоинству оценена многими композиторами. Темы польки звучат в операх, симфонических и камерных произведениях. Иоганн Штраус-сын, несомненный «король вальсов» стал еще и «королем полек» (163 сочинения). Прекрасные польки есть у Чайковского, неповторима «Итальянская полька» Рахманинова.

Полька прочно вошла в танцевальное искусство многих народов. Она видоизменялась, приобретая национальную окраску, но всегда в ней оставалось сочетание подвижности и силы мужского танца с кокетливой грациозностью женского. Народный танец полька есть у сербов, словаков, венгров, поляков. Большинство танцев Прибалтики построены на основе польки. Это тоже сыграло большую роль в распространении бальной польки по всему миру. Существуют польки немецкая, финская, шведская и даже бразильская.

Полька и сейчас популярна, ее танцуют на конкурсах, балах, танцевальных вечерах. Полька часто встречается на сцене, где она исполняется иногда даже на пальцах. При сценическом исполнении шаги польки делаются более мягко. Все движения в польке выполняются на низких  полупальцах.  Колени не натянуты, свободны. Шаги делаются стаккатирующим движением, сверху. Они должны быть небольшие, легкие. Не следует слишком прыгать, иначе движения будут грубыми и не отразят характера музыки.

**Русский лирический танец.**

Парный бальный танец советской программы, муз. размер 2/4, темп 32-34 т/мин, определенной композиции на 16 тактов. В основе танца лежит обычный «русский шаг» с паузой, а сам танец подкупающе прост и приятен. Исполняется на танцевальных вечерах и балах.

Корпус в этом танце всегда прямой и спокойный. Иногда голова скромно наклоняется и поворачивается к правому или левому плечу. Девушка в русском лирическом как бы плывет, как «пава», движения плавные, придающие танцу впечатление широты и величественности. Только изредка корпус девушки может слегка наклоняться вперед, на правый и на левый бок или, оставаясь прямым, поворачиваться вправо и влево.

У юношей корпус более подвижен. В парном танце исполнители могут слегка отклонять верх корпуса друг от друга, могут наклонять корпус вперед, приглашая к танцу или низко кланяясь широким русским поклоном. В этом танце исполнители смотрят вперед по ходу движения, или поворачивают головы друг к другу, общаясь между собой. Используются такие шаги и движения: переменный шаг, тройной шаг вперед и назад и припадание.

**Кадриль**- (от франц. quadrille - четыре), народный массовый и бальный танец XIX в., темп -  подвижный, муз. размер 2/4. Родиной этого танца считается Англия, из которой он в начале XVIII в. попал во Францию. Своим распространением и популярностью кадриль обязана Парижу. Французы изменили танец по своему вкусу, не забыв прибавить слово «французская». В 70-х гг. XIX в. становится модной английская кадриль *лансье*.

В традиционной кадрили участвовали 4 или 8 пар, которые образовывали четырехугольник - carre.  Если пар было больше, располагались в несколько каре. (В средние века кадриль - это небольшой отряд всадников, участвующих в турнире, располагавшийся по четырем сторонам отведенного для поединка места). Вероятно, военное происхождение кадрили объясняет ее популярность среди офицеров в начале XIX в. Позднее выстраивались две линии, и каждая линия пар поочередно танцевала каждую фигуру кадрили.

В кадрили было 6 фигур, они включали *шассе*, подъемы на *полупальцы*, *галоп*, переходы. Фигуры кадрили требовали оживленного, грациозного и изящного исполнения. Распорядитель бала мог по своему усмотрению создавать различные танцевальные построения. Танцевальная техника исполнения кадрили была доведена до совершенства, а движения были идеально законченными.

Старинная французская кадриль была центром внимания и основой каждого *бала*. За один вечер ее могли исполнять несколько раз. Качество исполнения было серьезным испытанием для танцующих, за кадрилью следили все глаза зала! Кадриль имела и воспитательное значение: она приучала к хорошим манерам, умению музыкально, четко и непринужденно двигаться.

На протяжении двухсот лет танец претерпел немало изменений: упростились фигуры, появились обычные повседневные шаги. Кадриль превратилась в танец отдыха, необходимого среди быстрых *вальсов*, *галопов* и *полек*.

В народе кадриль десятилетиями видоизменялась, совершенствовалась и создавалась заново. Она приобрела своеобразные движения, рисунки, манеру исполнения, взяв от салонного танца лишь некоторые особенности построений и название. Русский народ сделал кадриль разнообразной по рисунку, введя в нее многие *фигуры* русских *хороводов* и *плясок*. Различается кадриль квадратная, линейная, круговая. Исполняется на танцевальных вечерах и *балах*. Кадриль начинается с выхода пар, которые идут одна за другой.  Обойдя круг, танцующие делятся пополам на равное,  четное количество пар и выстраиваются в две линии, лицом к середине сцены. Это построение в две линии сохраняется в течение всех фигур: то пары линиями двигаются друг к другу, то девушки переходят в другую линию, к юношам противоположных пар, то парни в центре обходят дуг  друга, затем возвращаются на свои места.

**Вальс – гавот.**

Бальный танец, созданный в ХХ в., когда большим успехом пользовались комбинированные композиции. Состоит из двух частей: *гавота* и *вальса*. Связующим звеном является поклон. Муз. размер первой части - 4/4, второй - 3/4. Исполняется на танцевальных вечерах и *балах*. И музыка и хореография очень изящно объединены в единое целое. После медленного гавота следует довольно быстрый вальс. От исполнителей требуется мягкость, плавность переходов, музыкальность. Танец не должен делиться на две разные части, он должен оставлять впечатление единого целого. Учить этот танец  лучше старшим учащимся, небольшими частями, тщательно отрабатывая движения.