

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ПО ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ С ЦЕЛЫМ КЛАССОМ  
В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ  
ПО РИТМИКЕ, РИТМОПЛАСТИКЕ  
И БАЛЬНЫМ ТАНЦАМ



С. Петербург  
2006

ИСТОРИКО-БЫТОВЫЕ И ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ.

Возраст учащихся      Название танца

7 лет и младше

1. Падеграс
2. Вальс дружбы
3. Берлинская полька

8...9 лет

1. Вальс миньон.
2. Па зефир.
3. Конькобежцы.

10...11 лет

1. Миньон
2. Русский лирический
3. Карнавальная полька.

12...13 лет

1. Фигурный вальс.
2. Сударушка.
3. Krakowianka.
4. Кружевница
1. Вальс-мазурка.
2. Подгорка.
3. Фигурная полька.
4. Русский бальный.

14...16 лет

1. Большой фигурный вальс.
2. Русский бальный.
3. Венгерский бальный.
4. Вальс-гавот.
5. Полонез-мазурка.

17 лет и старше

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1 ПАДЕГРАС

авт. Е. Иванов. (По описанию: И. Воронина «Историко-бытовой танец», изд. «Искусство». М. 1980)

Танец занимает 8 тактов.

Исходное положение: танцующие стоят в паре, лицом по ЛТ. М. держит правой рукой левую руку Д., свободные руки в учебном положении, голова каждого повернута друг к другу.

1 такт.

«раз»—Шаг в сторону ПН.

«два»—ЛН подставляется сзади в 3 позицию, небольшое плие.

«три»—Еще один шаг ПН в сторону.

«четыре»—ЛН выводится вперед на носок в 4 позицию (через 1 позицию).

Головы повернуты друг к другу.

2 такт.

Повторение движений 1 такта с ЛН.

3 такт.

«раз-три»—3 шага вперед, начиная с ПН.

«четыре»—ЛН выводится вперед на носок в 4 позицию.

4 такт.

«раз-три»—3 шага вперед, начиная с ЛН.

«четыре»—Поворот друг к другу, ноги в 3 позиции (ПН впереди). М. спиной. Д. лицом к Ц. Соединенные руки отведены в сторону на уровне 2 позиции.

5 такт.

Повторение движений 1 такта. Каждый двигается вправо, руки разъединяются и плавно опускаются в учебное положение. В конце движения головы повернуты друг к другу.

6 такт.

Повторение движений 2 такта. Каждый двигается налево.

7...8 такт.

Повторение 3...4 тактов, но танцующие подают друг другу правую руку, поднимая их в 3 позицию, и двигаются по маленькому кругу, обходя друг к другу.

На счет «раз», «два», «три»—взгляд под руку друг друга.

На счет «четыре»—голова поворачивается в сторону вытянутой ЛН.

В конце 8 такта танцующие останавливаются в исходном положении и танец можно повторить.

### Приложение 2.

#### БЕРЛИНСКАЯ ПОЛЬКА

Описание танца Л. Школьниковым (По описанию: Сборник, выпуск 4.«Разрешите пригласить», изд. «Советский композитор» М. 1978)

Исходное положение: танцующие стоят по кругу парами, М.—спиной к Ц, Д.—лицом.

Левая рука М. и правая рука Д. соединены и отведены в сторону. Правой

## ОПИСАНИЕ ИСТОРИКО-БЫТОВЫХ И ОТЕЧЕСТВЕННЫХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ, ВКЛЮЧЕННЫХ В ПРОГРАММУ ОБУЧЕНИЯ, ФЕСТИВАЛИ И ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ТУРНИРЫ

рукой М. держит Д. за талию, ее левая рука на его левом плече.

Затакт—подскок на правой ноге (у Д. все движения с другой ноги).

1 такт.

На «раз»—ЛН поставить в сторону на каблук, не перенося на нее вес тела.

На «и»—подскок на ПН.

На «два»—согнуть ЛН накрест перед ПН, колено повернуть влево и поставить носок рядом со стопой ПН с внешней стороны.

2 такт.

Повторить движение 1 такта.

Затакт—подскок на ПН, ЛН приподнять в сторону.

3 такт.

На «раз»—скользящий шаг влево на низкие полупальцы ЛН. Колени слегка согнуть.

На «и»—быстро подняться на полупальцы ЛН, выпрямляя колени обеих ног, и подтянуть ПН к ЛН (как бы подтянуть ЛН к ПН). Одновременно ЛН отвести влево и мягко опуститься с носка ПН на всю стопу, слегка согбая колено (на галопа).

На «два-и»—то же, что на счет «раз-и», т.е. повторить шаг галопа влево.

4 такт.

На «раз-и»—сделать еще один шаг галопа влево.

На «два»—шаг ЛН влево.

5...8 такт.

Повторить движения 1...4 тактов с другой ноги, продвигаясь шагами галопа в другую сторону.

Затакт—руки разъединить, локти согнуть и опустить вниз. Одновременно приставить свободную ногу к опорной.

9 такт.

На «раз-и-два»—поворачиваясь немного влево (правым плечом друг к другу), сделать 3 быстрых ритмичных хлопка правыми руками.

На «и»—пауза.

10 такт.

На «раз-и-два», поворачиваясь немного вправо (левым плечом друг к другу), повторить 3 хлопка левыми руками.

На «и»—пауза.

11 такт.

На «раз-и-два»—поворачиваясь лицом друг к другу, слегка присесть, руки опустить и сделать 3 хлопка по бедрам над коленями.

На «и»—пауза.

12 такт.

На «раз-и-два»—выпрямляя колени, поднять руки до уровня плеч и сделать 3 хлопка о ладони партнера.

13 такт.

Танцующие поворачиваются правым плечом друг к другу и соединяют пра-

вые руки, левые руки отводят в сторону, локти согнуты и опущены вниз. Затем оба меняются местами, исполняя шаг польки вперед и продвигаясь по небольшой окружности по ходу часовой стрелки.

14 такт.

Повторение движений 13 такта, начиная со счета «раз», но с другой ноги. Продолжают двигаться по небольшой окружности по ходу часовой стрелки и возвращаются на исходные места.

15...16 такт.

Танцующие разъединяют руки и, исполняя 2 шага польки вперед, расходятся: М.—продвигаются вперед по ходу танца, Д.—против. К концу 16 такта каждый останавливается напротив другого партнера, стоящего первоначально слева (переход к следующей паре).

Приложение 3.

ВАЛЬС-МИНЬОН.

(По описанию: В.М. Стриганов и др.

«Современный бальный танец», изд. «Просвещение». М. 1978).

М/Р 3/4, темп умеренно-быстрый.

ПЕРВАЯ ПОЛОВИНА (2 такта). Исходное положение: лицом к Ц, 3 позиция (ПН впереди).

1 такт: шаг—глиссад вправо.

2 такт: первая половина вальсового поворота вправо, конечное положение—спиной к Ц., 3 позиция (ЛН впереди).

ВТОРАЯ ПОЛОВИНА (2 такта). Исходное положение: конечное положение первой половины.

1 такт: шаг—глиссад влево.

2 такт: вторая половина вальсового поворота вправо. Конечное положение—исходное положение первой половины.

В ПАРЕ. Исходное положение: М.—спиной, Д.—лицом к Ц. Ноги в 3 позиции: М.—ЛН впереди, Д.—ПН впереди. Руки в замкнутой позиции. Если М. исполняет вторую половину движения, то Д.—первую половину и наоборот.

Приложение 4.

ПА ЗЕФИР.

авт. Н.П. Яковлев (По описанию: З. Резникова «Бальный танец», изд. «Культпросвет. литературы» М. 1956).

М/Р 4/4, темп умеренный.

Исходное положение: танцующие размещаются по кругу, пара за парой, лицом по ЛТ, слегка повернувшись друг к другу. М. стоит слева от Д. Правой рукой М. берет Д. за талию, а левой рукой—кисть левой руки Д. и поднимает соединенные руки до уровня диафрагмы. Левая рука Д. почти выпрямлена, а правой рукой Д. поддерживает платье или опускает ее. Оба стоят в 3 позиции—ПН впереди, слегка отклонившись друг от друга.

## ПЕРВАЯ ЧАСТЬ.

1 такт.

На «раз-два»—начиная с ПН, танцующие исполняют 1 раз шаг вперед с приседанием.

На «три-четыре»—начиная с ЛН и поднимаясь из приседания, исполняют 1 раз шаг назад с точкой.

2 такт.

На «раз-два»—начиная с ПН, исполняют 1 раз шаг назад с точкой.

На «три-четыре»—начиная с ЛН, исполняют 1 раз шаг назад с точкой.

3 такт.

Танцующие исполняют двойной скользящий шаг. Первый раз, начиная с ПН вперед и немного вправо, а второй раз, начиная с ЛН, вперед и немного влево. При этом М. и Д. наклоняют корпус и смотрят друг на друга.

4 такт.

М. и Д., начиная с ПН, делают 4 шага вперед по ЛТ (по одному шагу на каждую 1/4 такта).

5...8 такты.

Танцующие повторяют движение 1...4 тактов. В 8 такте, делая второй шаг вперед, на счет «два» М. снимает правую руку с талии Д. и опускает ее левую руку, на счет «три» танцующие, делая третий шаг вперед по ЛН, поворачиваются лицом друг к другу, а на счет «четыре» подставляют ЛН к ПН в 3 позицию назад.

## ВТОРАЯ ЧАСТЬ.

9...10 такт.

Глядя друг на друга, М. и Д. исполняют 2 раза основное движение танца Паде грас.

Первый раз, начиная с ПН и продвигаясь в правую сторону, танцующие удаляются друг от друга, а второй раз, начиная с ЛН и продвигаясь в левую сторону,—приближаются. Заканчивают движение лицом друг к другу. ПН впереди на носке.

11 такт.

На «раз»—М. и Д. делают шаг вперед ПН друг другу навстречу и, соединив правые руки, поднимают их вверх.

На «два»—ЛН подставляется к ПН в 3 позицию назад, поднимаясь на полу-пальцы обеих ног, и слегка отклонившись влево, смотрят друг на друга из-под соединенных рук. Колени сильно вытянуты.

На «и»—пауза. Принятая поза выдерживается.

На «три»—М. и Д. делают шаг назад ЛН, оставляя ПН впереди на носке, в 4 позиции. Одновременно оба, продолжая смотреть друг на друга, опускают соединенные руки немного ниже уровня плеча и слегка наклоняются вправо.

На «четыре»—пауза. Принятая поза выдерживается.

12 такт.

На «раз-два»—не разъединяя правых рук и глядя друг на друга, М. и Д.,

начиная с ПН, исполняют 1 раз двойной скользящий шаг вперед и, проходя мимо правого плеча своего партнера, меняются местами.

На «три»—оба делают шаг вперед ЛН, поворачиваясь направо, лицом друг к другу.

На «четыре»—М. и Д. подставляют ПН к ЛН в 3 позицию вперед и, разъединив правые руки, плавно опускают их.

13...15 такт.

Оба повторяют движения 9...11 тактов.

16 такт.

М. и Д. повторяют движения 12 такта и, снова проходя мимо правого плеча своего партнера, возвращаются на свои места.

В конце 16 такта М. отпускает правую руку Д. Дойдя до своего места, Д. делает еще 3/4 поворота направо так, чтобы оказаться лицом по ЛТ рядом с М.

М. берет Д. правой рукой за талию—оба принимают позу исходного положения.

## Приложение 5.

### КОНЬКОБЕЖЦЫ

(«Паде патинер»)

авт. И. Яковлев и Н. Гавликовский (По описанию: И. Воронина  
«Историко-бытовой танец», изд. «Искусство». М. 1980).

М/Р 2/4. Исходное положение: ноги в 3 позиции (ПН впереди), оба стоят лицом по ЛТ, руки в положении крест-накрест, головы повернуты друг к другу.

#### ПЕРВАЯ ФИГУРА.

Затактом—Подъем на полупальцы.

1 такт.

Па шассе ПН вперед, голова повернута направо.

2 такт.

Па шассе вперед с ЛН, голова—налево.

3...4 такт.

4 танцевальных шага вперед с ПН, оба смотрят друг на друга.

5...6 такт.

Повторение 1...2 тактов.

7...8 такт.

Повторение 3...4 тактов, но вместо 4 шага оба поворачиваются лицом друг к другу. М. стоит спиной, Д.—лицом к Ц., ноги в 3 позиции (ПН впереди). Руки в учебном положении.

#### ВТОРАЯ ФИГУРА.

9 такт.

Па шассе с ПН вправо, положение еффасе.

10 такт.

Па шассе с ЛН влево, положение еффасе.

11...12 такт.

4 шага, меняясь местами, оба смотрят друг на друга.

13...14 такт.

Повторение 9...10 тактов.

15...16 такт.

Повторение 11...12 тактов, возвращаясь на свое место. Вместо 4 шага оба подают друг другу руки и становятся в исходное положение.

При исполнении па шассе в первой фигуре можно делать это движение немного в сторону, имитируя скольжение конькобежцев.

#### Приложение 6.

#### МИНЬОН

авт. Н. Гавликовский (По описанию: И. Воронина «Историко-бытовой танец», изд. «Искусство». М. 1980).

М/Р 3/4. Темп умеренный. Исходное положение: ноги в 3 позиции (у М.—ЛН впереди, у Д.—ПН впереди).

Оба стоят лицом друг к другу (М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц.). Левой рукой М. держит правую руку Д., правая рука М. отведена в сторону немного выше учебного положения, левая рука Д. держит платье или отведена в сторону.

#### ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1 такт.

Оба исполняют па балансе вперед по ЛТ (М.—с ЛН, Д.—с ПН). Соединенные руки медленно поднимаются вверх в 3 позицию, голова наклонена, взгляд под руки.

2 такт.

Оба исполняют полутур вальса, М—с ПН, поворачиваясь вправо, Д.—с ЛН, поворачиваясь влево. Соединенные руки плавно опускаются вниз. Оба оста-  
навливаются спиной по ЛТ.

3 такт.

На балансе вперед: М.—с ЛН, Д.—с ПН, в положении спина к спине. Головы повернуты друг к другу. Соединенные руки подняты на уровне плеча, свободные руки отведены назад.

4 такт.

Полутур вальса: М. с ПН поворачивается влево, Д.—с ЛН поворачивается вправо. Соединенные руки опускаются вниз. Оба возвращаются в исходное положение.

5...8 такты.

Движения повторяются сначала.

#### ВТОРАЯ ФИГУРА.

Исполняется вальс-миньон в паре 2 раза. В начале 1 такта оба переводят руки в положение для вальса-миньона.

Характер всего танца очень мягкий и плавный. При переводе рук партнеры провожают их взглядом.

#### Приложение 7.

#### СУДАРУШКА

авт. А. Тарасов (По описанию: И. Воронина «Историко-бытовой танец», изд. «Искусство». М. 1980).

#### М/Р 2/4. Темп умеренный.

Исходное положение: танцующие стоят парами по кругу, лицом по ЛТ. Правая рука М. и левая рука Д. соединены немного ниже уровня талии, свободные руки опущены вниз. Ноги в 1 позиции, но не слишком выворотно. Описание движений приводится для Д. М. делает то же, но с др. ноги.

#### ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1 такт. Тройной шаг с ударом.

На «раз»—шаг ПН вперед.

На «и»—шаг ЛН вперед.

На «два»—шаг ПН вперед.

На «и»—легкий удар подушечкой ЛН рядом с ПН.

Свободные руки плавно раскрываются в сторону.

2 такт.

Повторение движения с другой ноги. Свободные руки переводятся на та-  
лию.

3 такт.

На «раз»—поворот друг к другу лицом. Небольшой шаг в сторону ПН  
по ЛТ.

На «и»—удар подушечкой ЛН об пол рядом с ПН.

На «два»—небольшой шаг в сторону ЛН.

На «и»—ПН ставится в сторону на каблук, колено ЛН согнуто, корпус на-  
клонен вправо.

4 такт.

На «раз-и»—небольшой шаг в сторону ПН.

ЛН приставляется к ПН всей ступней с легким ударом об пол.

На «два-и»—повторение движения с другой ноги.

5 такт.

Тройной шаг назад. М.—с ЛН, Д.—с ПН. М. движется спиной к Ц., Д.—от Ц.  
Руки постепенно раскрываются.

6 такт.

Тройной шаг с ударом. Оба приближаются друг к другу, в конце оказы-  
ваются рядом и принимают следующее положение: правые руки соединены  
«свечой», левые поддерживают локоть партнера.

7...8 такт.

2 тройных шага с ударом (не меняя положения рук). За это время нужно  
сделать 1,1/2 оборота и оказаться на месте партнера.

9...10 такт.

Повторение 5...6 тактов, но теперь Д. отступает к Ц., а М.—от центра.

11...12 такт.

Повторение 7...8 тактов. В конце оба останавливаются рядом лицом по ЛТ, правые соединенные руки подняты вверх.

13 такт.

Тройной шаг с ударом (движение по ЛТ). Левые руки раскрываются перед собой и в сторону.

14 такт.

Повторение движения 13 такта, но Д. при этом еще делает полный поворот под правой рукой М. Руки переводятся на талию.

15...16 такт.

Повторение 13...14 тактов. В конце М. берет левой рукой левую руку Д., правой рукой держит ее за талию.

**ВТОРАЯ ФИГУРА.**

1 такт.

На «раз»—шаг ПН вперед по ЛТ.

На «и»—шаг ЛН.

На «два»—шаг ПН.

На «и»—ЛН становится на каблук вперед. М. делает то же, но с другой ноги. Корпус в конце движения отклоняется назад.

2 такт.

Тройной шаг с ударом, отступая назад по ЛТ, в конце такта корпус выпрямляется, руки разъединяются. Оба поворачиваются лицом друг к другу.

3 такт.

Выполняя тройной шаг с ударом, партнеры меняются местами, встречаясь левым плечом и поворачиваясь в конце такта лицом друг к другу.

4 такт.

Возвращаясь на свое место, встречаются правыми плечами. Исполняют тройной шаг с ударом и вновь принимают положение, как в конце первой фигуры.

5...8 такт.

Повторение движений 1...4 тактов. В конце 8 такта оба принимают исходное положение.

#### Приложение 8.

#### КАРНАВАЛЬНАЯ ПОЛЬКА

авт. И. Маркин и В. Смирнов по описанию "Новые бальные танцы", изд. Сов. Россия, М. 1963 г.

М/Р 2/4. Темп умеренно-быстрый.

Исходное положение: Танцующие становятся по кругу парами лицом по ЛТ. Правая рука М. и левая рука Д. соединены и приподняты вперед. Свободные руки опущены вниз. Ноги в 3 позиции: у М.—ЛН впереди, у Д.—ПН впереди.

**ПЕРВАЯ ФИГУРА.**

1...4 такт.

Оба двигаются по ЛТ, исполняя 4 раза польку вперед: М.—с ЛН, Д.—с ПН. В конце 4 такта М. и Д. поворачиваются лицом друг к другу.

5...6 такт.

М. берет левой рукой правую руку Д. Соединенные руки разводят в стороны. Оба исполняют 4 раза галоп. Д.—с ПН, М.—с ЛН, продолжая двигаться по ЛТ. В конце 6 такта разъединяют руки.

7...8 такт.

На 7 такт и на счет «раз» 8 такта оба исполняют 3 простых шага (шаг на каждую четверть такта). М. начинает с ЛН и двигается по маленькому кругу против часовой стрелки, Д. начинает с ПН и двигается по маленькому кругу по часовой стрелке. Руки опускают вниз. На счет «два» 8 такта М. приставляет ПН к ЛН, Д.—ЛН к ПН сзади в 3 позицию. В конце 8 такта оба останавливаются рядом лицом по ЛТ.

**ВТОРАЯ ФИГУРА.**

9...10 такт.

На 9 такт и на счет «раз» 10 такта оба, исполняя 3 простых шага (М.—с ЛН, Д.—с ПН) расходятся в разные стороны: М. на первом шаге поворачивается влево и идет к Ц., Д. на первом шаге поворачивается вправо и идет от Ц., а на счет «два» 10 такта поворачиваются лицом друг к другу (М.—вправо, Д.—влево), одновременно хлопают в ладоши.

11...12 такт.

На 11 такт и на счет «раз» 12 такта М. и Д. идут навстречу друг другу, исполняя 3 простых шага (М.—с ПН, Д.—с ЛН). На счет «два» 12 такта М. приставляет ЛН к ПН (тяжесть корпуса на ПН), а Д. ПН к ЛН (тяжесть корпуса на ЛН) спереди в 3 позицию и принимают позу для исполнения вальса (М. берет правой рукой Д. за талию, а левой рукой ее правую руку; Д. левую руку кладет на правое плечо М.).

13...16 такт.

Оба делают 2 полных поворота вальса вправо, двигаясь по ЛТ. М.—с ЛН (вторая половина поворота), Д.—с ПН (первая половина поворота). В конце 16 такта оба разъединяют руки, поворачиваются лицом по ЛТ и становятся в исходное положение для начала танца.

Танец повторяется.

#### Приложение 9.

#### ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС.

авт. Р.Г. Школьникова, С.И. Жуков и В.Л. Жуков.

(По описанию: З. Резникова. «Бальный танец», «Госкультпросветиздат». М. 1953).

М/Р 3/4. Темп—умеренный.

Исходное положение: танцующие размещаются по кругу парами, лицом друг к другу, М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц. М. правой рукой держит Д. за талию, а левой—кисть ее правой руки; соединенные руки подняты по ЛТ, локти соединенных рук слегка округлены, кисти находятся немного ниже уровня плеча; Д.—кладет кисть своей левой руки на правое предплечье М. оба стоят в 3 позиции: у М.—ЛН впереди, у Д.—ПН.

## ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1 такт.

Оба исполняют балансе в сторону (М.—с ЛН, Д.—с ПН), наклоняя корпус и поворачивая голову по ЛТ.

2 такт.

То же в др. сторону (М.—с ПН, Д.—с ЛН), наклоняя корпус и поворачивая голову против ЛТ. Одновременно М. снимает правую руку с талии Д. и плавно открывает ее в сторону, а правой рукой берет кисть левой руки Д.

3...4 такт.

Оба исполняют полный правый поворот вальса в разные стороны по ЛТ, отворачиваясь друг от друга (М.—влево, Д.—вправо).

Вторую половину поворота оба исполняют не держась за руки. Заканчивая поворот вальса, оба снова оказываются лицом друг к другу; М. берет левой рукой кисть правой руки Д., а правой — левую.

5...8 такт.

Оба повторяют движения 1...4 тактов. Заканчивая первую фигуру, оба оказываются друг против друга на расстоянии шага.

## ВТОРАЯ ФИГУРА.

9 такт.

Оба с ПН исполняют балансе вперед навстречу друг другу, подавая правые руки, и поднимают их вверх. Поднятые руки округлены и образуют овал. Оба, отклонившись влево и наклонив голову к левому плечу, смотрят друг на друга из-под соединенных рук.

10 такт.

Оба, начиная с ЛН, исполняют одно балансе назад, опуская соединенные руки до уровня груди и выпрямляя корпус.

11...12 такт.

Не разъединяя правых рук, М. и Д., начиная с ПН, исполняют первую и вторую половины поворота вальса и, обходя друг друга, меняются местами. Закончить: М.—лицом к Ц., Д.—спиной к Ц. в 3 позиции.

13...16 такт.

Не разъединяя правых рук, оба повторяют движения 9...12 тактов с переходом вальсом до своих мест.

На 16 такте, заканчивая переход, М. вместо второй половины поворота на счет «раз» делает небольшой шаг ЛН вперед влево, на счет «два» приставляет ПН к ЛН в 3 позицию назад, а на счет «три»—выдерживает паузу. В конце 16 такта (вернувшись на свои места, поворачиваясь лицом по ЛТ) оба поднимают соединенные руки вверх над головой Д. (Д. немного впереди М.). Ноги в 3 позиции: у М.—ЛН впереди, у Д.—ПН впереди.

## ТРЕТЬЯ ФИГУРА.

17...24 такт.

М. с ЛН исполняет 7 дорожек вперед по ЛТ, а вместо 8 дорожки (24 такт) — первую половину вальса вправо, поворачиваясь лицом к Д. так, чтобы ока-

заться немного впереди нее.

Д., продвигаясь вперед по ЛТ, исполняет 4 полных поворота вальса вправо, поворачиваясь под соединенными руками. При этом, исполняя первую половину поворота вальса, наклоняет корпус влево, поворачивает голову к левому плечу и обращает взгляд к М., а исполняя вторую половину поворота вальса, плавно выпрямляет корпус.

В конце 24 такта оба, поворачиваясь лицом друг к другу, принимают положение, обычное при исполнении вальса в паре.

## ЧЕТВЕРТАЯ ФИГУРА.

25...32 такт.

Оба исполняют 4 полных поворота вальса по 3 позиции вправо по ЛТ. В конце 32 такта оба останавливаются в исходном положении.

Весь танец исполняется слитно.

## Приложение 10.

### РУССКИЙ ЛИРИЧЕСКИЙ

авт. Л. Степанова (По описанию: И. Воронина.  
«Историко-бытовой танец», «изд. Искусство». М. 1980).

М/Р 2/4. Темп—умеренный.

Исходное положение: танцующие стоят парами лицом по ЛТ. Ноги в 1 позиции. М. правой рукой держит Д. за талию, а левой рукой—пальцы ее левой руки. Локоть округлый. У Д. левая рука вытянута немного вперед в сторону, правая—на талии. М. смотрит на Д.

## ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1...2 такт.

Оба исполняют 2 раза тройной шаг вперед. М.—с ЛН, Д.—с ПН. На счет «два-и» 2 такта М. делает на полупальцах ПН полуповорот вправо и оказывается лицом к Д., спиной по ЛТ, и снимает правую руку с талии Д.

3...4 такт.

Д. продолжает делать тройной шаг вперед, шаги небольшие. Она открывает правую руку через 1 позицию во 2, взглядом провожая руку, ладонь повернута немного кверху. М. делает тройной шаг назад с ЛН, правая рука открывается так же, как у Д. На счет «два-и» 4 такта М. поворачивается на полупальцах ПН, делая полуповорот влево, и занимает исходное положение.

5...8 такт.

Повторение движений 1...4 тактов, в конце 8 такта оба разъединяют руки и немного отходят друг от друга.

## ВТОРАЯ ФИГУРА.

1 такт.

Оба исполняют тройной шаг вперед, двигаясь навстречу друг другу, М. берет Д. рукой за талию, а левой поддерживает локоть ее правой руки. Руки Д. лежат на руках М. Оба повернуты правыми плечами друг к другу.

2...4 такт.

Оба делают 3 раза тройной шаг вперед, исполняя два полных поворота по часовой стрелке. В конце 4 такта пары останавливаются: М. спиной, а Д. лицом к Ц. Руки переходят в следующее положение: кисти рук соединены, руки разведены в сторону во 2 позицию.

5...6 такт.

Оба исполняют 4 раза припадание: М.—с ЛН., Д.—с ПН по ЛТ, корпус и голова повернуты в сторону движения. В конце 6 такта оба опускают руки вниз: М.—левую, Д.—правую.

7...8 такт.

Оба поднимают вверх соединенные руки и Д. исполняет 2 тройных шага с ПН. Она делает полный поворот вправо и в то же время продолжает движение по ЛТ. М. делает 4 танцевальных шага вперед с ЛН. В конце 8 такта оба занимают исходное положение.

#### Приложение 11. КРАКОВЯК

авт. Н. Гавликовский. (По описанию: И. Воронина. «Историко-бытовой танец», изд. «Искусство». М. 1980).

М/Р 2/4. Темп—умеренно-быстрый.

Исходное положение: танцующие стоят в парах, М. спиной к Ц., Д. лицом к Ц. Ноги в 3 позиции (у М.—ЛН, у Д.—ПН впереди). М. правой рукой держит кисть левой руки Д., руки отведены во 2 позицию, свободные руки на талии.

ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1 такт.

Исполняется 1 «па де баск» (припляс). М. с ЛН, Д.—с ПН. Оба поворачиваются спиной друг к другу, одновременно соединенные руки проводятся через низ вперед. В конце движения корпус и голова слегка наклонены друг к другу.

2 такт.

1 па де баск с др. ноги, поворачиваясь друг к другу лицом.

3...4 такт.

Повторение 1...2 тактов.

5...6 такт.

М. с ЛН, Д. с ПН делают 3 танцевальных шага по ЛТ. Руки выводятся вперед. На последнюю четверть 6 такта М. делает полповорота направо и подставляет ПН вперед, в 3 позиции, с мягким ударом, Д.—делает полповорота налево, подставляя ЛН.

7...8 такт.

Повторение движений 5...6 тактов, но в обратном направлении—против ЛТ. В конце оба принимают позу для вальса в паре.

ВТОРАЯ ФИГУРА.

1...8 такт.

Оба исполняют 4 вальсовых поворота вправо и занимают исходное положение.

#### Приложение 12. КРУЖЕВНИЦА

авт. Г.М. Кондратенко  
( По описанию: «Методическая разработка» Городской ДТЮ г. СПб. 2006.)

Музыкальное сопровождение:

32 такта. Характер исполнения—русская широта и нежность.

Вступление: М. подает правую руку Д. и соединяет ее с ЛР. На соединенные руки Д. закручивается, а свободные руки соединяют на уровне 1 позиции. Ноги в 1 позиции.

1...4 такт. М. с ЛН, а Д. с ПН исполняют 4 русских переменных шага по ЛТ.

5...7 такт. Начиная влево к Ц. на переменном шаге, исполняют поворот.

8 такт. Заканчивая поворот, не раскрывая рук, повернуть Д. к себе лицом (т.о., М. стоит спиной к Ц., а Д.—лицом к Ц.). Соединенные руки подняты на уровне 2 позиции.

9...10 такт. Оба исполняют «припадание» по ЛТ (М. с ЛН, Д. с ПН).

11...12 такт. М. ПН ставит в сторону на каблук, а затем на носок у носка ЛН, правая рука на поясе. Д., продолжая исполнять «припадание», кружится вправо под соединенными руками. Левая рука Д. опущена вниз и отведена слегка в сторону.

13...14 такт. Оба, вновь соединив руки, исполняют «припадание» против ЛТ.

15...16 такт. Повторить движения 11...12 тактов, но Д., заканчивая поворот против ЛТ (влево), закручивается в исходное положение.

17...20 такт. Оба исполняют движения 1...4 тактов.

21...24 такт. М. делает 4 раза притоп ЛН. Д. обходит М. переменным шагом. На последнем притопе М. подает Д. обе руки (Д. кладет свои руки сверху).

25...26 такт. М. исполняет переменный шаг назад, а Д. вперед, соединенные руки впереди на уровне 1 позиции (М. ведет Д. за собой к Ц.).

27...28 такт. Оба на переменном шаге исполняют поворот по часовой стрелке до положения М. спиной к Ц., руки раскрыты в стороны (хоровод).

29...30 такт. Д. исполняет переменный шаг назад, а М. вперед (Д. ведет М.).

31 такт. Поворот на переменном шаге против часовой стрелки.

32 такт. Продолжая поворот, повернуть Д. (не разъединяя рук) и встать в исходное положение для начала танца.

#### Приложение 13. ВАЛЬС-МАЗУРКА

авт. С.И. Жуков (По описанию: З. Резникова «Бальный танец», изд. «Культпросвет. Литературы», М. 1956).

М/Р обеих частей 3/4. При исполнении первой части танца—мазурки—темп быстрый, а при исполнении второй части—вальса—умеренно-медленный.

Исходное положение: танцующие размещаются по кругу парами, лицом друг к другу. М. стоит почти спиной к Ц., Д.—перед ним. М. правой рукой берет

Д. за талию, а левой рукой—кисть левой руки ЛД. и поднимает соединенные руки, приближая кисти к своему левому плечу, и танцующие, принимая позу вальса, в паре стоят в 3 позиции.

#### ПЕРВАЯ ЧАСТЬ.

1...4 такт.

М. с ЛН, а Д. с ПН исполняют 2 полных поворота вальса вправо по ЛТ. В 1...3 тактах на счет «раз» М. и Д. сильно наклоняют корпус и поворачивают голову к Ц., а на счет «два-три»—плавно выпрямляются и принимают первоначальное положение. М. заканчивает повороты вальса спиной к Ц., Д.—лицом к Ц.

На счет «и»—подготавливаясь к исполнению скользящего переступания, оба слегка приседают на опорной ноге. Отводят в сторону свободную ногу (М.—ЛН. Д.—ПН), в конце движения чуть приподнимая ее.

5...6 такт.

М. с ЛН., а Д. с ПН исполняют 2 раза па де бурре (скользящее переступание), соответственно наклоняя корпус и поворачивая голову.

7...8 такт.

М. с ЛН, а Д. с ПН исполняют 2 раза «голубец» с шагом.

9...15 такт.

Оба повторяют движения 1...7 такта: 2 поворота вальса, 2 раза па де бурре, 1 раз «голубец» с шагом.

16 такт.

На счет «раз»: оба делают шаг в сторону по ЛТ (М.—ЛН, а Д.—ПН).

На счет «два-три»: М. подтягивает ПН к ЛН в 3 позицию назад, а Д.—ЛН к ПН.

В конце 16 такта М. снимает свою правую руку с талии Д., берет правой рукой кисть левой руки Д., а левой рукой держит кисть правой руки Д. и разводит в стороны соединенные руки, поднимая их почти до уровня пояса.

Пауза, определяемая 3 нотами в музыкальном сопровождении.

#### ВТОРАЯ ЧАСТЬ.

1...2 такты—М. с ЛН, Д.—с ПН исполняют 2 раза баланс в сторону, соответственно наклоняя корпус и наклоняя голову. В конце 2 такта М. отпускает правую руку Д.

3...4 такт—оба исполняют полный поворот вальса по ЛТ (М.—с ЛН влево, Д.—с ПН вправо).

Исполняя первую половину поворота вальса (в 3 такте), М. и Д. наклоняются друг к другу, плавно проводят соединенные руки вниз и вперед по ЛТ, а в конце 3 такта разъединяют руки и плавно опускают их вниз.

Исполняя второй полуповорот вальса, М. и Д. плавно выпрямляются, руки свободно опущены. Заканчивая полный поворот вальса, оба останавливаются друг против друга, на расстоянии полушага.

На счет «и»—М. подает Д. обе руки, ладонями вверх (локти округлены и приподняты), Д. опускает свои руки ладонями вниз, на руки М.

5...6 такт—М. с ЛН, а Д.—с ПН, исполняют 2 раза баланс в сторону, соот-

ветственно наклоняя корпус и поворачивая голову. В конце 6 такта М. отпускает правую руку Д. и поднимает свою правую руку, соединенную с левой рукой Д., над головой Д.

7 такт.—М. с ЛН влево исполняет скользящее движение, Д.—с ПН, исполняет тройное переступание в повороте направо, поворачиваясь под соединенными руками и немного продвигаясь по ЛТ. На счет «и»—оба разводят пятки в стороны, а носки сближают, слегка приседая на обеих ногах. Одновременно оба опускают свободную руку вниз перед собой, чуть ниже уровня пояса.

8 такт.

На счет «раз»—выпрямляя колени, каждый исполнитель с легким ударом внутренней стороной пятки одной ноги о другую соединяет ноги вместе и плавно отводит свободную руку перед собой и в сторону.

На счет «два-три»—М. и Д. сохраняют принятую позу.

9...16 такт.—Оба повторяют движения 1...8 тактов. В конце 16 такта М. правой рукой берет Д. за талию, а левой рукой—кисть правой руки Д., поднимает соединенные руки, приближает кисти рук к своему левому плечу,—оба принимают позу вальса в паре.

#### Приложение 14. ПОДГОРКА

авт. Э.К. Филиппов (По описанию: З. Резникова «Бальный танец», изд. «Культпросвет. литературы». М. 1953).

М/Р 2/4. Исходное положение: исполнители размещаются по кругу пары за парой лицом по ЛТ. М. правой рукой держит кисть левой руки Д. Соединенные руки подняты и отведены вперед по ЛТ, свободные руки опущены вниз. Оба стоят в неполной 3 позиции.

#### ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1...4 такт—Оба начиная с ПН, делают 4 шага вперед по ЛТ (слегка пружиняя).

3...4 такт—Оба с ПН исполняют «сибирскую выбивку».

5...6 такт—Оба с ПН делают 4 шага, отступая назад против ЛТ (шаги пружинистые).

7...8 такт—Оба с ПН снова делают «сибирскую выбивку», исполняя вторую часть движения в 8 такте, оба поворачиваются лицом друг к другу.

#### ВТОРАЯ ФИГУРА.

М. и Д. подхватывают друг друга под правые руки, а левыми руками держат кисти своих же правых рук, локти сильно согнуты. Оба отклоняются влево, а головы поворачивают друг к другу.

9...11 такт—Оба с ПН делают 6 шагов, продвигаясь по небольшому кругу вправо, исполняя 1,1/2 поворота.

12 такт—Оба с ПН исполняют тройной притоп, слегка наклоняя голову и разъединив руки поворачиваются на 1/4 поворота налево, левым плечом друг к другу.

13...15 такт—На счет «раз» 13 такта оба подхватывают друг друга под левые руки, а правыми берут снизу кисти своих же левых рук и, отклонившись вправо, поворачивают головы друг к другу. В этой позе оба с ЛН делают 6 шагов, продвигаясь по небольшому кругу влево, исполняя 1,1/2 поворота.

16 такт—Разъединив руки и опуская их себе на талию, оба исполняют тройной притоп, слегка наклоняя голову, и останавливаются друг перед другом.

### ТРЕТЬЯ ФИГУРА.

17...18 такт—Отступая друг от друга, оба исполняют две веревочки с переступанием ( первую—начиная с ПН, вторую—с ЛН).

19 такт—Оба с ПН исполняют один припляс, продвигаясь навстречу друг другу.

20 такт—Оба с ЛН исполняют тройной притоп, слегка наклонив голову вперед.

21...24—Оба с ПН повторяют движения 17...20 тактов. Заканчивая тройной притоп, оба слегка приседают на ЛН, проводя вытянутую ПН вперед и немногого приподнимают ее над полом. Одновременно оба кладут правые руки друг другу на правые предплечья, а левые соединяют под правыми, как в рукопожатье, отклоняясь влево, голову поворачивая к правому плечу. Правые руки выпрямлены, левые— согнуты.

### ЧЕТВЕРТАЯ ФИГУРА.

25...27 такт—В этой позе оба с ПН исполняют 3 русских хода вперед, делая полный поворот направо до своих мест, заканчивая поворот лицом друг к другу, разъединяют правые руки.

28 такт—Оба, остановившись, поднимают соединенные левые руки и Д. поворачивается под поднятыми руками, переступая с ноги на ногу (на ЛН, на ПН, на ЛН). У М. нет движения. В конце оба принимают позу, обычную при исполнении вальса в паре.

### ПЯТАЯ ФИГУРА.

29...32 такт—Оба исполняют 2 полных поворота вальса вправо и в конце 32 такта принимают исходное положение.

## Приложение 15. ФИГУРНАЯ ПОЛЬКА

авт. И.Н. Кусов (По описанию: Сборник «Новые бальные танцы», изд. «Музыка». Л. 1964).

### ЧАСТЬ ПЕРВАЯ.

М/Р 2/4. Исходное положение: исполнители парами становятся по кругу, М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц., руки соединены, отведены в стороны и приподняты, ноги в 3 позиции, у М.—ЛН, у Д.—ПН впереди.

### ЧАСТЬ ПЕРВАЯ.

1...2 такт—М. с ЛН, Д. с ПН исполняют 3 раза «галоп в сторону» по ЛТ. На счет «два» второго такта М. с ПН, Д. с ЛН исполняют притоп, ставя ногу в 3 позицию впереди, не перенося на нее тяжесть тела.

3...4 такты—Повторение движений 1...2 тактов против ЛТ (М.—с ПН, а Д.—с ЛН). На счет «два» 4 такта М.—ЛН, а Д.—ПН исполняют притоп.

5...6 такт—Не разъединяя рук, М. ЛН исполняет 2 движения польки назад, Д.—два движения вперед с ПН. Оба продвигаются к Ц.

7...8 такт—Повторение движений 5...6 тактов, но М. исполняет два движения польки вперед ЛН, а Д.—два движения назад с ПН, возвращаясь в исходную позицию.

### ЧАСТЬ ВТОРАЯ.

Исходное положение: М.—спиной к Ц, Д.—лицом к Ц.

М. кладет правую руку на талию Д., левой держит ее правую руку за кончики пальцев. Соединенные руки отведены во 2 позицию. Локти округлены, но не опущены. Левая рука Д.—на правой руке М. немного ниже его плеча, ноги в 3 позиции (у М.—ЛН., у Д.—ПН впереди).

1...8 такт—Оба исполняют 4 полных круга польки по ЛТ.

### ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ.

Исходное положение: М.—спиной по ДЦ, Д.—лицом по ДЦ, встречаясь левыми плечами. Руки отведены в стороны, соединены в кистях и приподняты (2 позиция), ноги в 3 позиции, корпус слегка отклонен влево.

1...3 такт—Оба исполняют вынос ноги на носок с паузой (М.—с ЛН, Д.—с ПН).

4 такт—Оба исполняют «тройной притоп», во время которого они меняют диагональные положения, М.—лицом к С., Д.—спиной к С., поворачиваясь правыми плечами друг к другу.

5...8 такт—Повторение движений 1...4 тактов, М. с ЛН. Д.—с ПН.

### ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ.

Исходное положение: М. соединяет левую руку с правой рукой Д. и поднимает ее в 3 позицию, свободные руки слегка отведены от корпуса.

1...3 такт—М. с ЛН исполняет 3 движения польки вперед, ведя Д. сбоку и немногого впереди себя. Д. под соединенными и поднятыми руками исполняет полный поворот вправо на 3 движениях польки с ПН.

4 такт—Оба исполняют «двойной притоп» (М.—ПН, ЛН, Д.—ЛН, ПН). Во время притопа занимают положение лицом друг к другу. Соединенные руки разъединяют.

5...8 такт—М. соединяет правую руку с левой рукой Д. и поднимает в 3 позицию, свободные руки слегка отведены от корпуса. Оба повторяют движения 1...4 тактов, но М. начинает польку вперед с ПН, а Д.—ЛН с поворотом влево, продвигаясь против ЛТ. Во время исполнения притопа занимают исходное положение к началу танца.

**Приложение 16.**  
**РУССКИЙ БАЛЬНЫЙ**  
авт. И.Н. Кусов

(По описанию: Сборник «Новые бальные танцы», изд. «Музыка». Л. 1964).

М/Р: 1 часть—4/4, 2 часть—2/4.

Исходное положение к началу вступления: танцующие парами становятся по кругу, М.—лицом по ДЦ, Д.—лицом ДС (противоположными плечами друг к другу), поворот головы друг к другу, руки на талии, ладони плотно прижаты; ноги в 3 позиции: у М.—ЛН, у Д.—ПН впереди.

#### ВСТУПЛЕНИЕ.

1 такт—М. ЛН., Д. ПН исполняют 4 раза притоп, во время которого постепенно поворачиваются до положения лицом по ЛТ (притоп на каждый счет такта).

#### ПЕРВАЯ ЧАСТЬ (медленная).

1...4 такт—М., начиная ЛН, а Д.—ПН исполняют «русский ход вперед» по ЛТ.

5...6 такт—Поворачиваясь лицом друг к другу, М. с ЛН, Д. с ПН исполняют 4 раза «припадание» по ЛТ.

7...8 такт—Оба исполняют 4 раза «припадание», поворачиваясь на месте, М.—влево, Д.—вправо до положения лицом по ЛТ. Каждое «припадание» исполняется на 1/4 круга. На 7 такте М. поворачивает голову вправо, Д.—влево; на 8 такте М.—влево, Д.—вправо. Во время движения оба смотрят друг на друга.

9...12 такт—М. кладет правую руку на талию Д. Оба исполняют 4 раза «русский ход вперед»; М.—с ЛН, Д.—с ПН.

13...16 такт—М. с ЛН исполняет 4 раза притоп . Д. исполняет 4 раза «русский ход» вперед, обходя левым плечом вокруг М. Во время исполнения 4 ходов Д. постепенно раскрывает руки и также постепенно возвращает их на талию. М. снимает правую руку с талии Д. не сразу, а постепенно, поворачивая корпус и голову немного влево, следя за ее движением; левая рука М.—у себя на талии, на 2 такт правую руку кладет на талию. На 3 притопе М. поворачивает корпус и голову немного вправо, а на 4 притопе протягивает ее по направлению к Д., встречая ее (рука М. проводится к талии Д.).

#### ВТОРАЯ ЧАСТЬ (быстрая).

Исходное положение: оба становятся лицом по ЛТ; М. кладет правую руку на талию Д. Их свободные руки на талии, ноги в 3 позиции.

1...2 такт—оба исполняют 2 быстрых «русских хода» вперед по ЛТ (М.—с ЛН, Д.—с ПН).

3...4 такт—исполняют 2 раза быстрый «русский ход» вперед, оба расходятся в разные стороны: М.—влево, Д.—вправо, каждый по небольшому самостоятельному кругу до положения: М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц.; во время движения оба постепенно раскрывают руки.

5...8 такт—заняв положение лицом друг к другу, М. протягивает руки Д.

и соединяет с ее руками в кистях. Оба исполняют 3 быстрых «русских хода» по кругу вправо до своих мест. На 8 такте заканчивают движение шагом с приставкой в 3 позицию (ПН впереди). Во время поворота корпус каждого исполнителя отклонен друг от друга; поворот головы—друг к другу.

9...12 такт—оба исполняют 4 раза приплюс с ПН, поворачивая корпус друг к другу поочередно: ЛПЛП плечом.

13...16 такт—М. кладет правую руку на талию Д., Д.—правую руку на левое плечо М.; свободные руки на талии, корпус отклонен друг от друга, поворот головы—друг к другу.

В таком положении оба исполняют 3 быстрых «русских хода», поворачиваясь вправо почти 2 полных круга до исходного положения к началу вступления к танцу. На 16 такте М. исполняет шаг с ЛН и приставляет ПН в 3 позицию назад. Д. стремительно поворачивается на ЛН и ставит ПН в 3 позицию вперед.

**Приложение 17.**  
**БОЛЬШОЙ ФИГУРНЫЙ ВАЛЬС**  
авт. И.Н. Кусов

(По описанию: Ленинградский Государственный институт культуры им. Н.К. Крупской «Методическая разработка». Л. 1981).

М/Р 3/4. Наиболее удобная музыка—вальс И. Штрауса «Голубой Дунай».

Исходное положение: на музикальное вступление танцующие парами размещаются по кругу. М. стоит лицом к Д., спиной к Ц. Д.—лицом к М. Руки широко раскрыты в стороны (2 позиция). Правой рукой М. держит Д. за левую руку, ноги в 3 позиции. У М. впереди ЛН, у Д.—ПН.

#### ПЕРВАЯ ФИГУРА.

1 такт—М. с ЛН., Д. с ПН исполняют баланс в сторону по ЛТ.

2 такт—М. с ПН, Д. с ЛН исполняют баланс против ЛТ.

3...4 такт—Повторяются движения 1...2 тактов.

5...6 такт—В начале такта, поворачиваясь лицом по ЛТ, М. с ЛН, Д. с ПН исполняют 2 раза вальсовую дорожку по ЛТ. Соединенные руки—правая М., левая Д., мягко опускаясь вниз, проводятся вперед до уровня талии. Головы поворачиваются друг к другу. Свободные руки отведены в сторону, невысоко от корпуса. В конце 6 такта соединенные руки разъединяются.

7...8 такт—Исполняется еще 2 раза вальсовая дорожка. М. с ЛН идет по небольшому кругу влево к Ц., делая полный поворот влево. Д. с ПН идет вправо от Ц., делает полный поворот вправо. К концу 8 такта они останавливаются лицом друг к другу.

9...16 такт—Оба в паре исполняют 4 поворота вальса вправо. В конце 16 такта руки разъединяются.

#### ВТОРАЯ ФИГУРА.

1 такт—В начале такта М. правой рукой берет Д. за левую руку, М.—с ЛН исполняет половину поворота вальса влево. Д.—с ПН исполняет половину поворота вальса вправо, соединенные руки, мягко опускаясь вниз, проводятся

вперед. Оба поворачиваются спиной друг к другу. Голова М. немного поворачивается вправо, у Д.—влево, свободные руки невысоко отведены от корпуса.

2 такт—М. с ПН исполняет половину вальса вправо. Д.—с ЛН исполняет половину поворота вальса влево. Соединенные руки проводятся в сторону, против ЛТ, оба слегка поворачиваются друг к другу.

3...4 такт—Повторяются движения 1...2 тактов.

5...8 такт—Повторяются движения 5...8 тактов 1 фигуры. В конце 8 такта М. и Д. поворачивают корпус слегка влево, подходя друг к другу правыми плечами.

9...12 такт—М. берет Д. правой рукой за левую руку, которую она отвела за спину, а левую руку, согнутую в локте и отведенную назад, за спину, соединяет с правой рукой Д. Д. правой рукой берет М. за левую руку, которую он отвел за спину, а левую руку, согнутую в локте и отведенную назад, за спину, соединяет с правой рукой М.

М.—ЛН, Д.—с ПН исполняют 4 раза вальсовую дорожку, делая на месте полный поворот вправо. В конце 12 такта М. останавливается в положении лицом по ЛТ, а Д.—спиной по ЛТ. Правая рука М. и левая рука Д. разъединяются.

13...16 такт—М.—с ЛН исполняет 4 раза баланс—стоя лицом по ЛТ. Обводит Д. левой рукой вокруг себя—сначала ведет ее за спиной, потом впереди себя. В конце 16 такта меняет руку: правой рукой берет Д. за правую руку и поднимает соединенные руки над ее головой.

Д.—с ПН исполняет 4 раза вальсовую дорожку. Поднимая вверх правую руку, соединенную с левой рукой М., она проходит сначала у него за спиной, потом перед ним. В конце 16 такта Д. поворачивается направо, встает лицом по ЛТ, с правой стороны М. Соединенные правые руки поднимаются над головой в 3 позицию.

### ТРЕТЬЯ ФИГУРА.

1...8 такт—М.—с ЛН исполняет 8 раз вальсовую дорожку вперед по ЛТ. Под его поднятой правой рукой Д. делает сильные повороты вальса. Свободная левая рука отведена в сторону, невысоко от корпуса.

Д.—с ПН исполняет 4 поворота вальса вправо, сильно продвигаясь вперед по ЛТ. В конце 8 такта оба останавливаются лицом по ЛТ. Руки разъединяются. М. левой рукой берет Д. за левую руку и соединенные руки отводят в сторону во 2 позицию. Правую руку кладет сзади на талию Д., Д. находится чуть справа от М.

9...12 такт—М.—с ЛН, Д.—с ПН исполняют 4 раза вальсовую дорожку вперед, делая полный поворот влево, по небольшому кругу, к концу 12 такта возвращаются на прежнее место лицом по ЛТ.

13...15 такт—сохраняя предыдущую позу, М.—с ЛН. Д.—с ПН исполняют 3 шага вперед, по ЛТ. В конце 15 такта руки разъединяются.

16 такт—поднимаясь на полупальцы, М. подтягивает ПН к ЛН, Д.—ЛН к ПН в 3 позицию назад, одновременно М. левой рукой берет Д. за правую руку и поднимает соединенные руки над головой (3 позиция). Правой рукой М. обхватывает Д. за талию и берет ее за левую руку, которую Д. держит впереди

корпуса—на уровне талии. Оба в этой позе стоят близко друг к другу: Д. справа от М. и чуть впереди.

### ЧЕТВЕРТАЯ ФИГУРА.

Партия М.

1...3 такт.

С ЛН исполнить 3 раза вальсовую дорожку вперед по ЛТ. Руки М. помогают Д. сделать поворот вальса вправо. Левая рука, соединенная с правой рукой Д., отводится в сторону, а правая рука, соединенная с левой рукой Д., поворачивает Д. в правую сторону (2 позиция).

На последнюю четверть 3 такта М. ЛН делает шаг в сторону, сильно поворачивается вправо и поднимает вверх правую руку, соединенную с левой рукой Д.

4 такт.

На «раз»—продолжая поворачиваться вправо, М. правой ногой делает шаг назад, по ЛТ, останавливаясь спиной по ЛТ.

На «два-три»—поднимаясь на полупальцы, подтянуть ЛН к ПН в 3 позицию вперед—не перенося на нее тяжести корпуса.

Партия Д.

1...3 такт.

С ПН сделать полтора поворота вальса вправо—двигаясь вперед по ЛТ, остановиться спиной по ЛТ. Движение рук дано в описании партии М.

4 такт.

На «раз»—ЛН сделать шаг назад, по ЛТ.

На «два-три»—поднимаясь на полупальцы, подтянуть ПН к ЛН в 3 позицию вперед, без переноса на нее тяжести корпуса.

Партия М.

5...7 такт.

С ЛН исполнить 3 раза вальсовую дорожку вперед против ЛТ. Руки помогают Д. сделать поворот вальса влево.

8 такт.

На «раз»—ПН сделать шаг вперед, против ЛТ, поворачиваясь влево—спиной к Ц.

На «два»—подтянуть ЛН к ПН в 3 позицию вперед.

На «три»—пауза. Правой рукой повернуть Д. влево.

Партия Д.

5 такт.

С ПН исполнить вальсовую дорожку вперед, продвигаясь против ЛТ.

6...7 такт.

С ЛН исполнить поворот вальса влево.

8 такт.

Под левой рукой, соединенной вверху с правой рукой М., сделать полный поворот влево, исполняя 3 шага на месте (ЛН поставить назад).

9...16 такт.

М.—с ЛН, Д.—с ПН исполняют в паре 4 поворота вальса вправо. К концу 16

такта М. останавливается спиной к Ц., снимает правую руку с талии Д., берет ее за левую руку и отводит в сторону.

### Приложение 18. ВЕНГЕРСКИЙ БАЛЬНЫЙ авт. И.М. Диментман

(По описанию: В.М. Стриганов и др.

«Современный бальный танец», изд. «Просвещение». М. 1978).

Первая часть—16 тактов. М/Р 4/4. Темп умеренный.

Вторая часть—32 такта. М/Р 2/4. Темп быстрый.

Каждая часть предваряется вступлением (один такт). Танец завершается заключением.

Исходное положение: Оба исполнителя стоят в открытом положении лицом по ЛТ. Левые руки М. и Д. на талии, правые руки опущены.

**ВСТУПЛЕНИЕ** (М/Р 4/4. Один такт).

Исполняется вступительное движение—приглашение.

На «раз»—шаг вперед—вправо. ЛН отведена назад на носок, колени выпрямлены. Широким движением правая рука проводится вперед—вправо, ладонь обращена вверх и находится на уровне плеча, левая рука—на талии. (М. исполняет жест рукой, как приглашение).

На «два»—Д. переходит на ЛН на всю ступню с небольшим поворотом влево, правая рука переводится на талию, левую руку кладет на правую руку М. (М. сохраняет положение).

На «три-четыре»—простой ключ с ПН. Д. исполняет шаг ПН накрест впереди ЛН и с поворотом на 360° влево.

Оба заканчивают лицом ДС по ЛТ, ноги в 3 позиции.

**ПЕРВАЯ ЧАСТЬ.**

Первая фигура.

1...4 такт—ход вперед с ПН по ЛТ.

1 такт—На «раз-два-три»—с ПН 3 шага вперед.

На «четыре»—ЛН сгибается и проводится вперед на воздух с приседанием на ПН. Поворот корпуса влево.

2...4 такт—повторение движений 1 такта с ЛН. В конце на счет «четыре» исполняется приставка ПН на подушечку в 3 позицию с небольшим поворотом корпуса вправо.

5...6 такт—ход назад с ПН против ЛТ.

1 такт—На «раз»—шаг ПН назад—вправо.

На «два»—шаг ЛН назад—вправо.

На «три»—шаг ПН назад—вправо.

На «четыре»—приставка ЛН на полупальцы в 3 позицию.

2 такт—повторение движений 1 такта с ЛН.

7 такт—оба с ПН исполняют 4 шага: М.—в повороте влево, Д.—в повороте вправо. Руки на талии.

8 такт—оба исполняют «венгерский ключ».

Вторая фигура.

1 такт—с ПН ноги оба исполняют шаги с ударом вправо и влево.

2 такт—оба исполняют поворот вправо.

3 такт—с ЛН оба исполняют шаги с ударом влево и вправо.

4 такт—оба исполняют поворот влево и возвращаются на свои места.

5...8 такт—М. соединяет правую руку с правой рукой Д., кисти находятся на плечах друг друга. Свободные руки—на талии. Небольшой наклон корпуса назад—влево. Оба исполняют ход вперед и обходят друг друга 2 раза. Заканчиваются лицом друг к другу (М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц.). В конце руки разъединяются и переводятся на талию.

**ВСТУПЛЕНИЕ** ко второй части—1 такт.

На «раз-два»—М. поднимает перед собой руки, ладони обращены вверх.

На «три-четыре»—Д. кладет руки сверху ладонь в ладонь.

**ВТОРАЯ ЧАСТЬ.**

Первая фигура.

1...8 такт—2 «боковых хода».

1 такт.

На «и»—расслабление колен.

На «раз»—шаг ЛН влево. ПН отведена вправо на носок, колени выпрямляются.

На «два»—шаг-приставка ПН в 6 позицию, колени расслаблены.

2 такт—повторение движений 1 такта. В конце приставка ПН в 6 позицию.

3...4 такт—повторение движений 1...2 тактов с ПН вправо.

5...8 такт—повторение движений 1...4 тактов. В конце оба принимают левое смещенное положение (М. поддерживает руки Д. под локти, руки Д. лежат сверху).

9...16 такт—переменный ход в повороте (аналогично русскому переменному ходу, но в характере венгерского танца). М. и Д. начинают движение с ПН. На 9...12 тактах М. и Д., занимая «правое смещенное положение», обходят друг друга по небольшому кругу против ЛТ (полтора поворота) и меняются местами (М.—лицом к Ц., Д.—спиной к Ц.). На 13...16 такты М. и Д., занимая «левое смещенное положение», обходят друг друга по небольшому кругу по ЛТ (полтора поворота) и приходят на свои места. Закончить лицом по ЛТ.

Вторая фигура.

1...8 такт—М. с ЛН, Д.—с ПН исполняют 7 переменных ходов вперед.

На 8 такт М. делает ПН вправо шаг-приставку ЛН в 6 позицию. Д. делает ЛН влево шаг-приставку ПН в 6 позицию. (На 1...4 такт движение исполняется по ЛТ. В конце руки разъединяются.)

На 5...7 такты движение исполняется по небольшому кругу. М. и Д. расходятся, руки раскрываются во 2 позицию. На 8 такт М. и Д. приближаются друг к другу, руки на талии).

9...12 такт—Оба исполняют «боковой ход»: М.—с ПН, Д.—с ЛН приближаются, затем расходятся, раскрывая свободные руки через 1 позицию во 2 позицию.

13...16 такт—Д. делает 2 поворота (влево и вправо). М. исполняет «простой ключ» (с ПН и с ЛН). В конце руки разъединяются и переводятся на талию. Закончить лицом по ЛТ в открытой позиции.

Приложение 19.  
ВАЛЬС-ГАВОТ  
авт. И.Н. Кусов

(По описанию: И. Воронина. «Историко-бытовой танец», изд. «Искусство». М. 1980).  
М/Р: Первая часть—4/4. Вторая часть—3/4.

Исходное положение: ноги в 3 позиции, ПН впереди.

Танцующие стоят парами лицом по ЛТ. Правая рука М. на талии Д., левые руки соединены перед корпусом (у М. локоть округлый), правая рука Д. держит платье или отведена от корпуса.

ПЕРВАЯ ЧАСТЬ.

1 такт.

На «раз»—шаг вперед ПН на «еффасе».

На «два»—шаг вперед ЛН.

На «три»—шаг вперед ПН.

На «четыре»—ПН поднимается на полупальцы, одновременно ЛН, согбаясь, проходит у щиколотки и выносится на воздух в «еффасе». ПН делает небольшое плие, т.о. направление движения резко меняется.

2 такт.

Повторение движений 1 такта, двигаясь в круг, в направлении «еффасе».

3...4 такт.

Повторение движений 1...2 тактов, но на последнюю четверть 4 такт ПН не выносится вперед, а подвигается к щиколотке ЛН сзади.

5 такт.

На «раз»—шаг назад ПН против ЛТ.

На «два»—шаг назад ЛН против ЛТ.

На «три»—шаг назад ПН против ЛТ.

На «четыре»—пауза (ЛН вытянута вперед на носок).

6 такт—повторение движений 5 такта, начиная с ЛН.

7 такт—повторение движений 1 такта. В конце такта руки опускаются вниз в учебное положение.

8 такт.

На «раз-и-два»—шаг ЛН вперед по ЛТ.

На «три-и-четыре»—ПН поднимается вперед в 3 позицию. Оба поворачиваются лицом друг к другу (М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц.).

9 такт.

На «раз»—«баланс менуэт» с ПН, поднимая правые руки вверх.

На «два-три»—пауза.

На «четыре»—ЛН подставляется назад в 3 позицию. Небольшое плие.  
10 такт.

На «раз»—шаг ЛН назад.

На «два-три»—пауза.

На «четыре»—ПН подставляется вперед в 3 позицию, небольшое плие.  
11 такт.

На «раз»—шаг в сторону, двигаясь против ЛТ (М.—ПН, Д.—ЛН); другая нога вытянута на носок в сторону. На этом движении М. берет правой рукой левую руку Д. и отводит ее в сторону и немного вверх.

На «два-три»—пауза.

На «четыре»—плие, нога, стоящая на носке, немного приподнимается над полом.  
12 такт.

На «раз»—«сутеню деданс» (М.—с ЛН, Д.—с ПН).

На «два»—оба выдерживают положение на полупальцах.

На «три»—плие по 3 позиции, у М. впереди ПН., у Д.—левая .

На «четыре»—пауза.

13...14 такт—оба исполняют движения 1 такта, заканчивая 3 позицией. Исполнители идут по небольшому кругу до своего места, М.—с ПН, Д.—с ЛН. Соединенные правые руки подняты в 3 позицию.  
15 такт.

На «раз»—шаг в сторону против ЛТ. Правая рука М. и левая рука Д. соединены и отведены в сторону.

На «два-три-четыре»—пауза.

16 такт.

На «раз-два»—ЛН М. и ПН Д. проходят через 1 позицию в 4 назад, плие.

На «три»—колени вытягиваются, опора на ногу, стоящую сзади, другая нога вытянута на носок вперед. Руки соединены впереди. Движение 16 такта—это поклон.

На «четыре»—пауза.

ПЕРЕХОД КО ВТОРОЙ ЧАСТИ.

На «раз»—оба переносят тяжесть корпуса на ногу, стоящую на носке.

На «два»—шаг другой ногой по направлению ЛТ, вторая нога вытягивается на носок в сторону. Руки отводятся в сторону.

На «три»—нога с носка подставляется в 3 позицию назад. Руки опускаются, голова немного наклоняется вниз (поклон).

На «четыре»—пауза.

ВТОРАЯ ЧАСТЬ.

1...2 такт—2 раза «вальсовая дорожка» вперед, М.—с ЛН, Д.—с ПН. Положение променада.

3...4 такт—2 раза «вальсовая дорожка» назад, поворачиваясь спиной по ЛТ, положение променада, но соединены правая рука Д. и левая рука М.

5...8 такт—повторение движений 1...4 тактов. В конце М. поворачивается спиной к Ц., Д.—лицом. М. берет правой рукой левую руку Д.

9...12 такт—М. делает 3 балансе, начиная с ЛН и на 12 такт—шаг ПН к Д., ЛН подставляется вперед в 3 позицию. Держа Д. за руку, с 9 такта М. обводит ее вокруг себя, а когда она оказывается у его плеча, отпускает ее руку и отводит свою правую руку в сторону, а на 12 такт становится в позу для вальса в паре.

13...16 такт—вальс в паре по кругу вправо.

17...32 такт—полное повторение с 1...16 такт второй части.

остается впереди в 4 позиции, носок на полу.

На «два»—пауза.

На «три»—ПН подтягивается в 3 позицию вперед. Руки остаются в скрещенном положении на груди.

7...8 такт. Оба с ПН исполняют 2 шага полонеза—оба обходят друг друга «до за до», при первом ходе вперед оба встречаются правыми плечами; при втором ходе назад—левыми плечами. К концу 8 такта оба возвращаются на прежнее место, останавливаясь лицом по ЛТ. Руки постепенно опускаются вниз. На 3 четверть 8 такта М. приставляет ЛН в 3 позицию вперед без переноса веса. Д. приставляет ЛН в 3 позицию назад и переносит на нее вес корпуса.

9 такт. Па полонеза вперед по ЛТ: М.—с ЛН, Д.—с ПН. Правая рука М. и левая рука Д. соединяются, как в начале танца. На 3 четверть такта оба поворачиваются друг к другу: М.—направо, Д.—налево. Руки разъединяются.

10 такт. Оба против ЛТ исполняют 1 раз па полонеза. Левая рука М. соединяется с правой рукой Д. На 3 четверть такта оба поворачиваются друг к другу: М.—налево, Д.—направо. Руки разъединяются.

11 такт. Оба по ЛТ соединяют руки: правая рука М. и левая рука Д. М.—с ЛН, Д.—с ПН исполняют 1 па полонеза, двигаясь вперед немного по диагонали друг от друга. На счет «три» делает легкий поклон головой.

12 такт. Продолжая ход полонеза (М.—с ПН, Д.—с ЛН), оба расходятся в разные стороны: М.—влево к Ц., Д.—вправо от Ц. Идя по маленькому кругу, заканчивают поворот лицом друг к другу. На счет «три» приставляют ноги в 3 позицию: М.—ПН вперед, Д.—ЛН назад.

13 такт.

На «раз»—хлопнуть в ладоши, ударяя правой рукой о левую у левого плеча. Голову повернуть к левому плечу.

На «два-три»—пауза.

14 такт.

На «раз»—М. подает правую руку Д.

На «два-три»—Д. медленно опускает кисть правой руки на ладонь М., свободные руки медленно опускаются.

15...16 такт.

Оба с соединенными руками с ПН исполняют 2 па полонеза, двигаясь по кругу вправо. К концу 16 такта руки разъединить. Оба останавливаются лицом друг к другу: М.—спиной к Ц., Д.—лицом к Ц. Ноги приставляются в 1 позицию, руки поднимаются во 2 позицию и соединяются: правая рука М. с левой рукой Д. и левая рука М. с правой рукой Д.

ВТОРАЯ ЧАСТЬ—МАЗУРКА. Занимает 32 такта музыкального сопровождения. Темп—умеренно быстрый. Ноги в 1 позиции. Оба стоят друг к другу лицом.

1...2 такт. М. с ЛН., Д.—с ПН исполняют 2 раза «голубец», продвигаясь боком по ЛТ вперед. Руки во 2 позиции: левая рука М. держит правую руку Д., а правая ее левую. В конце 3 четверти 2 такта оба, разъединяя руки (левую руку

М/Р 3/4. Темп умеренный.

1 часть—Полонез, 2 часть—Мазурка.

Исходное положение: Исполнители стоят парами по кругу лицом по ЛТ.

На музыкальное вступление М. предлагает правую руку Д., а она с легким поклоном подает левую руку М. Соединенные кисти рук слегка вытянуты вперед и подняты до уровня талии. Свободные руки опущены вниз, немного отведены от корпуса. Ноги в 3 позиции: у М. впереди ЛН, у Д.—ПН.

ПЕРВАЯ ЧАСТЬ—Полонез занимает 16 тактов музыкального сопровождения. Темп—медленный.

1...2 такт. Исполняется 2 па полонеза вперед по ЛТ: М.—с ЛН, Д.—с ПН. В конце 2 такта легкий поклон головой друг другу. Руки разъединяются.

3...4 такт. Исполнители делают 2 па полонеза, расходясь друг от друга по маленькому кругу: М. поворачивается влево к Ц., Д.—вправо от Ц. Заканчивая поворот, они останавливаются лицом друг к другу, М. спиной к Ц., Д.—лицом к Ц. В конце 4 такта на 3 четверть ноги приставляются в 3 позицию: М.—ПН вперед, Д.—ЛН назад.

5 такт.

На «раз»—ПН сделать шаг вперед друг к другу и встретиться правыми плечами. Вес корпуса перенести на ПН. ЛН сзади вытянута—носок на полу. Руки постепенно поднимаются и скрещиваются впереди на груди. Локти немного подняты. Левая кисть у правого плеча, правая кисть у левого плеча. Голова повернута направо—друг к другу.

На «два»—пауза.

На «три»—ЛН подтягивается в 3 позицию назад.

6 такт.

На «раз»—ЛН шаг назад: М.—к Ц., Д.—к С. Корпус переносится на ЛН, ПН

М. с правой рукой Д.), поворачиваются лицом по ЛТ, выводя соединенные руки вперед (правая рука М. и левая рука Д.).

3...8 такт. М. с ЛН исполняет 2 раза «па куру» и 4 раза «па галла». Д. исполняет с ЛН 6 раз «па куру». Во время исполнения движений «па куру» и «па галла» левая рука М. находится на талии или положена за спину, правая рука Д. опущена вниз и отведена от корпуса.

9...11 такт. На первую четверть 9 такта оба разъединяют руки. М. кладет правую руку на талию Д. Его левая рука соединяется впереди с левой рукой Д., правая рука Д. опускается немного вниз. Корпусы отклонены друг от друга. Голова М. повернута направо, у Д.—налево. В этой позе исполняется 3 раза открытый поворот в левую сторону. М. исполняет с ЛН 3 раза «па буате» назад, поворачиваясь вместе с Д. влево. Д. исполняет с ПН «па буате» вперед, поворачиваясь влево 3 раза. На счет «три» 11 такта М., переступая на ПН, отводит ЛН в сторону, готовясь исполнять скользящее переступление.

12 такт. М. делает 1 раз скользящее переступление (па де бурре). Д., продолжая делать повороты влево, делает еще 1 раз (четвертый) «па буате вперед». Во время этого такта оба меняют положение, принимая позу закрытого поворота, т.е. стоят лицом друг к другу (немного в сторону), касаясь друг друга левыми плечами. М. кладет левую руку на талию Д., правая рука, присогнутая в локте, держит ее левую руку у своего правого плеча, корпусы отклонены друг от друга, голова повернута друг к другу.

13...16 такт.\*

М. и Д. исполняют 4 раза «па буате» вперед, продолжая кружиться влево в позе закрытого поворота.

\*—Во время 9...16 тактов Д. исполняет 8 раз «па буате» только вперед, поворачиваясь влево. М. делает 3 раза «па буате» назад, кружась влево, одно скользящее переступление (во время которого меняется положение рук) и 4 раза «па буате» вперед—с продолжающимся поворотом влево. В конце 16 такта М. и Д. принимают исходное положение (лицом друг к другу—руки во 2 позиции) для повторения с начала всей части мазурки.

17...32 такт. Полностью повторяются все движения с 1...16 такт.

## ПЕРЕЧЕНЬ ТАНЦЕВ, РАССМАТРИВАЕМЫХ В ТЕКСТЕ

1. Полька тройками. (40)
1. Галоп шестерками. (40)
1. Вальс дружбы. (44)
1. Вальс «О, ля-ля». (46)
1. Модный рок. (47)
1. Круговая кадриль. (87)
1. Падеграс. (105)
1. Берлинская полька. (105)
1. Вальс миньон. (65, 107)
10. Па зефир. (65, 107)
11. Па де патинер (Конькобежцы).
12. Миньон. (65, 110)
13. Русский лирический. (115)
14. Карнавальная полька. (66, 112)
15. Фигурный вальс. (113)
16. Сударушка. (89, 111)
17. Веселая прогулка. (67)
18. Krakowianka. (116)
19. Кружевница. (117)
20. Вальс-мазурка. (117)
21. Подгорка. (119)
22. Фигурная полька. (120)
23. Русский бальный. (122)
24. Большой фигурный вальс. (123)
25. Венгерский бальный. (126)
26. Вальс-гавот. (128)
27. Полонез-мазурка. (130)
28. Ритмический фокстрот. (49, 70)
29. Медленный вальс. (51, 72, 90)
30. Квикстеп. (90)
31. Чача-ча. (53, 74, 94)
32. Самба. (75, 95)
33. Джайв. (80, 97)

35. Вальс по 3-ей ноге (62)

✓ Средиземноморская маджолина (на-шанса) - 36  
 проходя шаг правой (правой)  
 перемещаясь шаг  
 вправо  
 шаг правой -  
 па шагах  
 шагом  
 правой  
 па-пальчи

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. С. Руднева, Э. Фиш.  
«Ритмика. Музыкальное движение». Изд. Просвещение. М. 1972.
2. В.М. Стриганов, В.И. Уральская.  
«Современный бальный танец». Изд. Просвещение. М. 1978.
3. А. Богаткова.  
«Танцы для детей». Изд. Детгиз. М. 1959.
4. Е.Е. Каява и др.  
«Музыкальные игры и пляски в детском саду». Уч.-пед. издат. Л. 1963.
5. Е.В. Конорова, В.Н. Светинская.  
«Танцевальные кружки для старших школьников».  
Изд. Академия пед. наук. М.1958
6. И.Э. Кох.  
«Основы сценического движения». Изд. Искусство. Л. 1970.
7. G. Hi Deny, Luc Dasseville.  
«Toutes les Danses». Verviers. Gerard and Company. 1970.
8. И.Н.Лыткина «  
Хореографический коллектив художественной самодеятельности».  
Изд. Трудрезервзидат. М. 1957
9. И. Воронина.  
«Историко - бытовой танец». Изд. Искусство. М. 1980.
10. Т.С. Лисицкая.  
«Ритм плюс пластика». М. 1987.
11. Уолтер Лэрд.  
«Техника латиноамериканских танцев». ч. 1 и 2. Изд. Артис. М. 2003.
12. «Методическая разработка и материалы к проведению занятий по ритмической гимнастике в школе». ГПИ. Л. 1987.
13. Е. Васильева.  
«Танец». Изд. Искусство. М. 1968.
14. Н.Тарасов.  
«Классический танец». Изд. Искусство. М. 1971.
15. Пол Боттомер.  
«Уроки танца». Изд. Эксмо. М. 2003.
16. Е.А. Лукьянова.
- ✓ 17. Н.П. Ивановский.  
«Бальный танец XVIII...XIX в.в.». Изд. Искусство. Л. М. 1948.
- ✓ 18. М. Васильева- Рождественская.  
«Историко-бытовой танец». Изд. Искусство. М. 1963.
19. Д.М. Бельский.  
«Методические указания в помощь руководителям кружков и школ бального танца». ВПШ.Л.1964.
20. Д.М. Бельский.  
«Программа факультета общественных профессий по подготовке руководителей кружков бального танца». ВПШ. Л. 1967.
21. А.Н. Беликова. «  
Бальные танцы». Изд. Советская Россия. М. 1985.
22. О.А. Иванова и др.  
«Занимайтесь ритмической гимнастикой». Изд. Советский спорт. М. 1988.
23. Е.В. Конорова.  
«Хореографическая работа со школьниками». Л. 1958.
24. К. Голейзовский.  
«Образы русской народной хореографии». Изд. Искусство. М. 1964.
25. Р. Урозгильдеев.  
«Танцы». Изд. Искусство. Пермь. 1963.
26. В. Пасютинская.  
«Волшебный мир танца». Изд. Просвещение. М. 1985.

*Методическая разработка  
Городского ДТЮ РСТБ, 2006г*

*Лекции профессор ш.б. Курбутова  
им Крупиной «Бальный танец»  
Волк 1 Методич. разработки 1. 1977г.*

## **СОДЕРЖАНИЕ**

Предисловие	3
От автора	5
Введение	8
Бальный танец как действенное средство эстетического и физического воспитания	10
Роль педагога в процессе обучения детей бальной хореографии	12
Планирование работы в коллективе	19
Пример учебно-тематического плана для учащихся 1 года обучения	25
Пояснения к учебно-тематическому плану 1 года обучения	27
Пример учебно-тематического плана для учащихся 2 года обучения	57
Пояснения к учебно-тематическому плану 2 года обучения	58
Пример учебно- тематического плана для учащихся 3 года обучения	83
Пояснения к учебно-тематическому плану 3 года обучения	84
Ожидаемые (прогнозируемые) результаты	100
Организационная работа	101
IV Приложения	104
Список использованной литературы	134

1. Фото – Гридасов В.М.

2. Составители материала для музыкального сопровождения – Шутиков Ю.Н., Орлов С.В.

3. Участники съемок – учащиеся 1,2 и 3 классов школы №615 г. С.-Петербурга.