**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «НА 9-ОЙ ЛИНИИ»
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

Методическое пособие
Постановка танцев
(полонез, русский лирический)

Разработчик:
Кузнецова Татьяна Александровна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023 г.

Полонез

Полонез от франц. Polonaise – торжественный танец-шествие в умеренном темпе, имеющий польское происхождение. Исполняется, как правило, в начале балов, подчеркивая торжественно-возвышенный характер праздника. В полонезе танцующие пары двигаются по установленным правилами геометрическим фигурам.
Музыкальный размер – 3/4
Исполняют восемь девочек и восемь мальчиков
Костюмы исполнителей: бальные платья у девочек, костюмы пажей у мальчиков

Условные обозначения:

- девочка

- мальчик

- направление движения

- поворот против часовой стрелки

- поворот по часовой стрелке

- направление перехода в следующий рисунок

Описание танца

Весь танец исполняется базовыми шагами полонеза (движение 1) по фигурам.
Звучит вступление 4 такта ¾
Исполнители стоят в третьей кулисе – четыре пары с одной стороны, четыре – с другой.
Исполняется первая часть музыкального сопровождения 8 тактов.

1-2 такты

По одной паре с каждой стороны (пары №1,№2) начинают движение в направлении центра сцены, далее на авансцену, далее в колонну.

3-4 такты

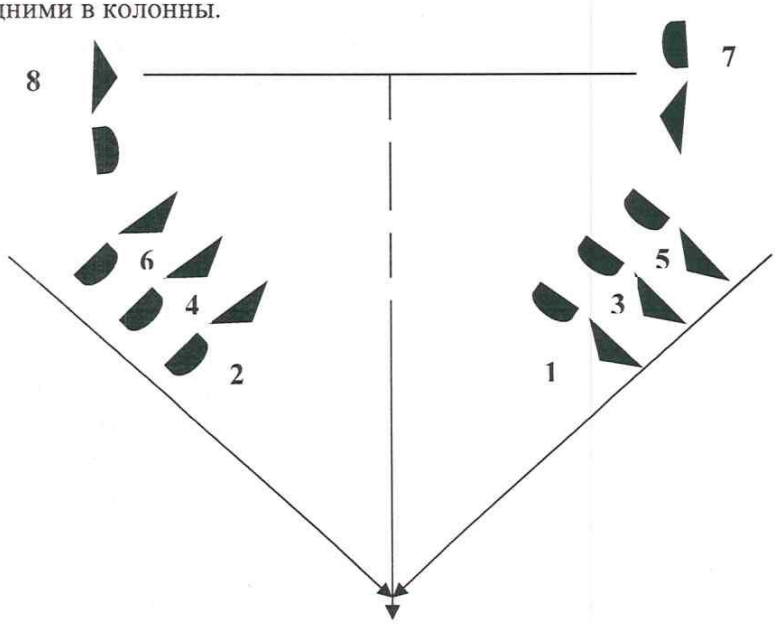
Пары№3,№4 тоже самое

5-6 такты

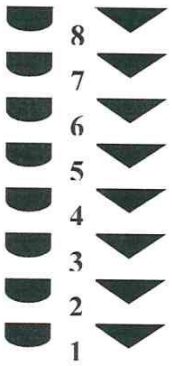
Пары№5,№6 тоже самое

7-8 такты

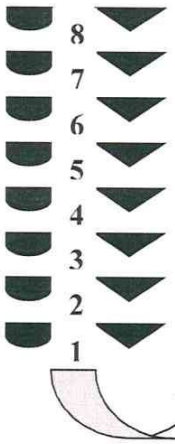
Пары№7,№8 начинают движение по заднему плану сцены, лицом друг к другу и встают последними в колонны.

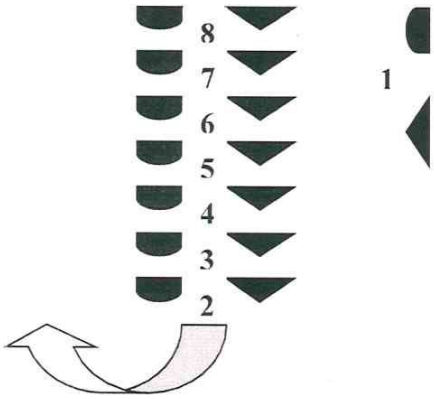


Исполняется вторая часть музыкального сопровождения 8 тактов.
Фигура полонеза «колонна».
1-2 такты
Все мальчики делают поклон - шаг влево.
3-4 такты
Все девочки делают поклон – шаг вправо.
5-6 такты
Мальчики подают правую руку и делают шаг вправо к девочке (движение 2).
7-8 такты
Девочки подают левую руку и делают шаг влево к мальчику



Исполняется первая часть музыкального сопровождения 8 тактов.
Фигура полонеза «фонтан».
Из фигуры «колонна», первая пара поворачивает налево и идет по полукругу к заднему плану сцены, вторая пара, дойдя до места первой, поворачивает направо и идет по полукругу к заднему плану сцены. Все последующие пары повторяют. Заканчивается фигура двумя параллельными линиями, направление в центр сцены.



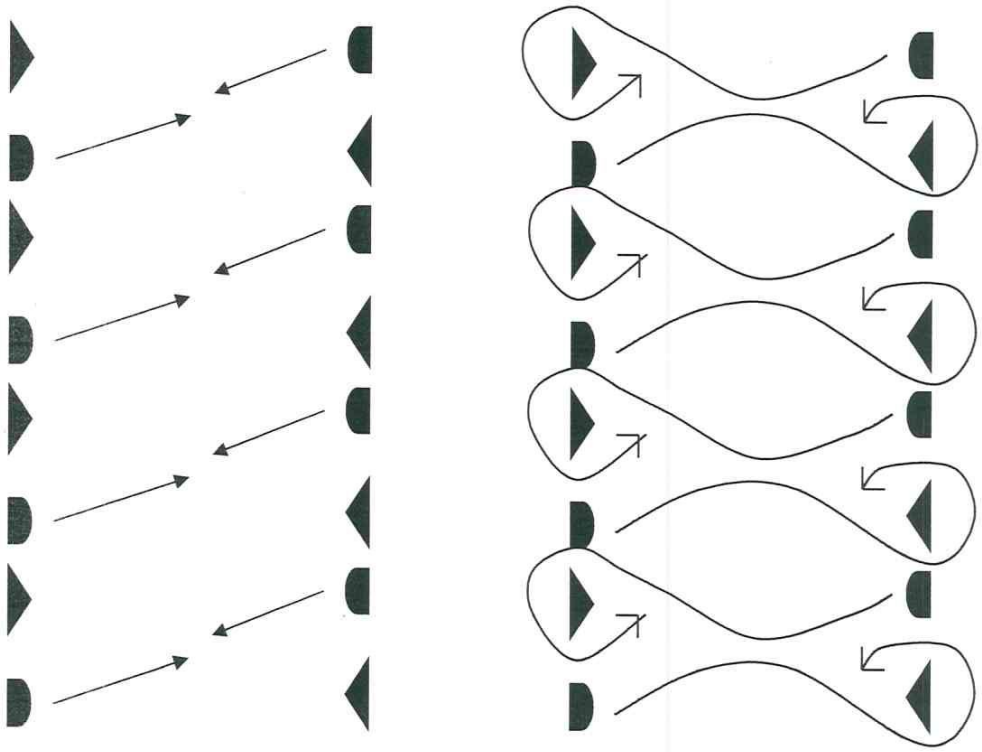


Исполняется третья часть музыкального сопровождения 16 тактов.
1-4 такты
Из линии девочки начинают движение навстречу друг другу. Исполняют «до-за-до» («спина к спине» движение 3).

5-8 такты
Обходят мальчиков противоположной пары вокруг, которые опустились на одно колено и подняли правую руку (движение 4).

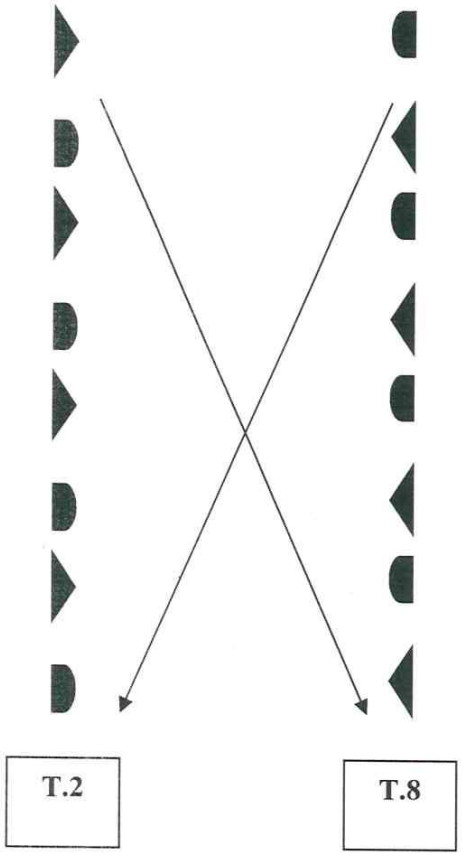
9-12 такты
«До-за-до» в обратном направлении.

13-16 такты
Обход мальчиков своей пары.

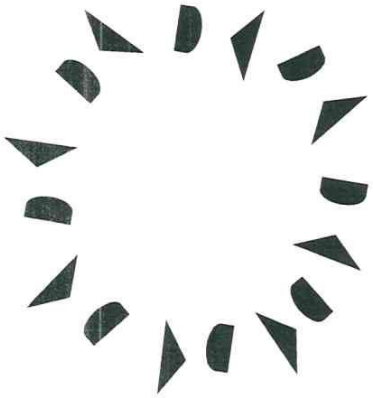


Исполняется первая часть музыкального сопровождения.
8 тактов.
Из двух линий пары идут от заднего плана сцены к переднему по диагонали.

Фигура «Прочёс».
Начинают пара №1 и пара №2, встречаются в центре сцены.
Пара №2, пропускает перед собой пару №1 доходят до точек 2, 8 сцены, продолжают движение спиной по линиям и заканчивают, сделав круг, повернувшись лицом друг к другу, опустив руки.
Каждая последующая пара, доходят до места пары №1, пары №2, встречаются в центре зала, исполняя диагональ, и заканчивают также в круге.



Исполняется третья часть музыкального сопровождения 16 тактов.
Фигура «Шен» (обход девочки вокруг мальчика движение 4 и цепочка, движение 5)



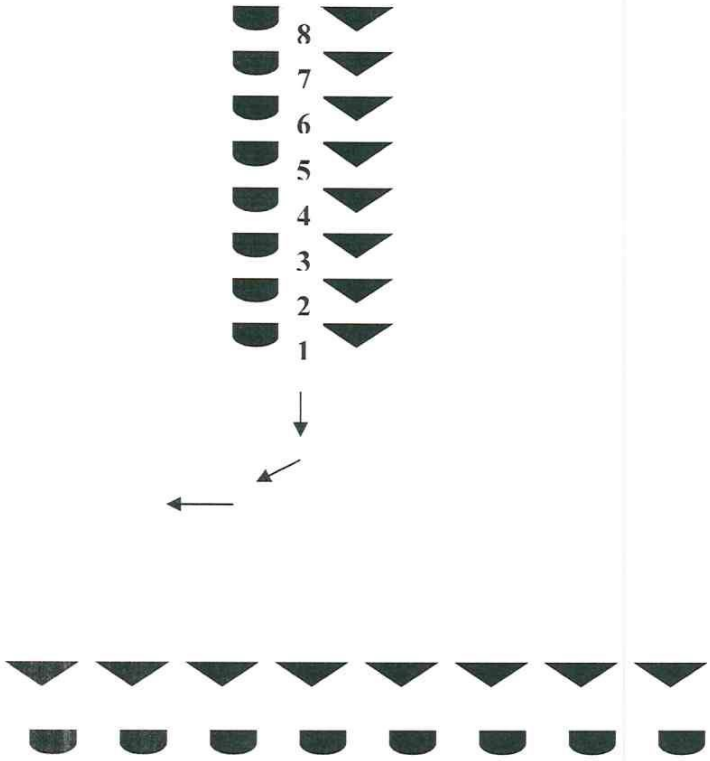
1-4 такты
«Шен» (движение 5)
5-8 такты
«Шен» (движение 5)
9-12 такты
«Шен» (движение 5)
13-16 такты
Обход вокруг мальчика (движение 4)

Исполняется первая часть музыкального сопровождения 8 тактов.

Из круга пары перестраиваются в «колонну». Начинает движение пара №1 направление в центр сцены, за ней пара №2 и все последующие пары.

Исполняется первая часть музыкального сопровождения 8 тактов.

1-4 такты
Из «колонны» пары перестраиваются в две параллельные линии по переднему плану сцены, девочки в первой линии, мальчики во второй. Движение начинает пара №1 – налево, пара №2 направо, так все последующие пары, причем мальчики четных пар пропускают девочек в первую линию.



5-8 такты
Все делаю поклон вправо, начиная с широкого шага, поклон влево с широкого шага.

Заключение. 8 тактов.
Мальчик подает девочке правую руку, развернув корпус влево, девочка подает левую руку, развернув корпус влево (движение 2). Легким сценическим шагом уходят все за первой парой в левую первую кулису, оставляя взгляд в зрительный зал.

Описание движений.
Музыкальный размер ¾

Движение №1
Шаги полонеза.
Базовые шаги полонеза состоят из последовательности трех обычных шагов.
Затакт. Легкое «plie» (приседание) на левой ноге, правая нога, вытянутая в колене выводится вперед, вытянутой стопой.
На счет «раз» - шаг с носка на правую ногу
«два» - шаг с носка на левую ногу

«три» - шаг с носка на правую ногу
Левая нога через «plie» по первой свободной позиции выводится вперед, вытянутой стопой, правая нога остается на «plie».
Движение продолжается с левой ноги. Осанка гордая, благородная.

Движение №2
Подача руки партнерше.
И.П. – свободная позиция ног, руки вдоль корпуса.
На два такта ¾ мальчик поднимает правую руку через первую позицию вперед кистью, ладонью вверх.
На два такта ¾ девочка поднимает левую руку через первую позицию вперед и кладет кисть, ладонью вниз на ладонь мальчика, четыре пальца сверху, один снизу.
Мальчик при этом поворачивает свою кисть на «ребро». Рука девочки от кисти до локтя лежит на руке мальчика.
Корпус чуть развернут друг к другу. Голова приподнята, взгляд друг на друга.

Движение №3
Соло девочек. «До-за-до» 4 такта ¾
Из двух параллельных линий девочки начинают движение к противоположному партнеру базовыми шагами полонеза, но более широкими с правой ноги. При этом правая рука и плечо вынесены вперед, левая рука отведена назад с разворотом левого плеча.
На второй такт девочки встречаются в центре сцены спинами, при этом левая рука выводится вперед, правая назад с разворотом плеч.
На третий такт вновь меняют направление движения, правым плечом и правой рукой вперед.
На четвертый такт левым плечом и левой рукой вперед, доходят до партнера пары визави.

Движение №4
«Обход дамы». Обход вокруг партнеров пары визави, своей пары, партнера по ходу движения при исполнении фигуры «Шеен» 4 такта ¾
Мальчики становятся на одно колено и подают девочкам правую руку, подняв ее вверх.
Девочки обходят за четыре такта ¾ шагами полонеза, но более мелкими вокруг партнера и подав левую руку против часовой стрелки. Движение №3 «до-за-до» исполняется в обратном направлении 4 такта ¾
Движение №4
«Обход дамы». Девочка обходит вокруг своего партнера 4 такта ¾

Движение №5
«Шеен» - цепочка, гирлянда. Четыре такта ¾
И.П. – круг, мальчики стоят лицом по обычному направлению движения (против часовой стрелки), девочки лицом к ним на небольшом расстоянии, мальчики стоят левой рукой в центр круга, девочки – правой рукой в центр круга, руки опущены вдоль корпуса.
Движение выполняется обычными шагами полонеза. Все начинают шаги с правой ноги, навстречу друг другу, развернув левое плечо назад, правое вперед и встречаются правыми руками, проходят меняясь местами спиной друг к другу по принципу «до-за-до».
Следующий шаг все выполняют с левой ноги и встречаются левыми руками и левыми плечами со следующей парой.
Движение продолжается.
На третий такт – с правой ноги
На четвертый такт – с левой ноги.

Русский лирический

Постановка Татьяны Кузнецовой

Характер танца – русский
Темп – спокойный, умеренный
Музыкальный размер – 4/4
Исполняют тринадцать девочек младшей группы
Костюмы исполнителей: яркие, разного цвета платья в русском стиле, кокошники

Условные обозначения:
дев.1, дев.2, дев.3 и т.д. – порядковый номер танцовщиц
Пр.н. – правая нога
Л.н. – левая нога
П./п. – полупальцы
- девочка

- направление движения

- поворот против часовой стрелки

- поворот по часовой стрелке

- направление перехода в следующий рисунок

- точка

Описание танца
Звучит вступление 2 такта 4/4
Девочки стоят в кулисах:
Шесть человек - в левой третьей кулисе
Семь человек - в правой третьей кулисе

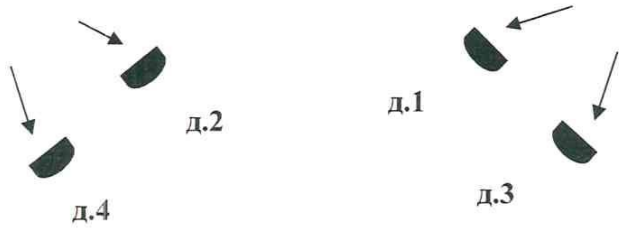
Исполняется первая часть музыкального сопровождения 8 т.

1-2 такты

счет	Описание движения
	Дев.1 выходит из левой кулисы, сценическим шагом с вытянутого носка стопы, руки держат платье
1-	шаг на пр.н.
2-	шаг на л.н.
3-	шаг на пр.н.
4-	шаг на л.н.
1-	поворот по VI позиции на п./п
2-	в центр сцены
3-	выпад на л.н. в сторону в plie
4-	пр.н. вытянутую в сторону на каблук, выворотно, взгляд на носок

Дев.2 исполняет все с противоположной стороны, начиная с левой ноги.

3-4 такты
Дев.3 тоже самое в с л.н.
Дев.4 тоже самое с пр.н.



Таким образом, девочки образовали «воротца».

5-7 такты
Четыре девочки с пр.н. из левой кулисы и пять девочек с л.н. из правой кулисы выходят по очереди исполняя «Переменный шаг» проходя «воротца», которые образовали 1-4 девочки (рис.1)

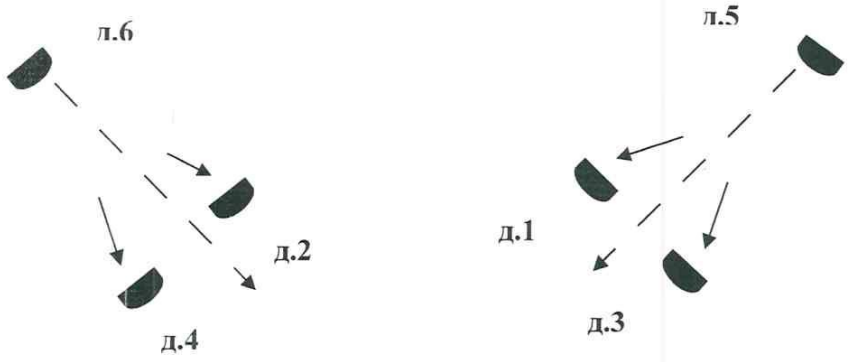


Рис.1

выстраиваются в две диагонали, дев. 2 дев.4 дев.1 д.3 замыкающие.

8 такт

счет	Описание движения
1-2-	Все исполняют поворот по VI позиции на п./п. в центр сцены (рис.2)
3-4-	пауза

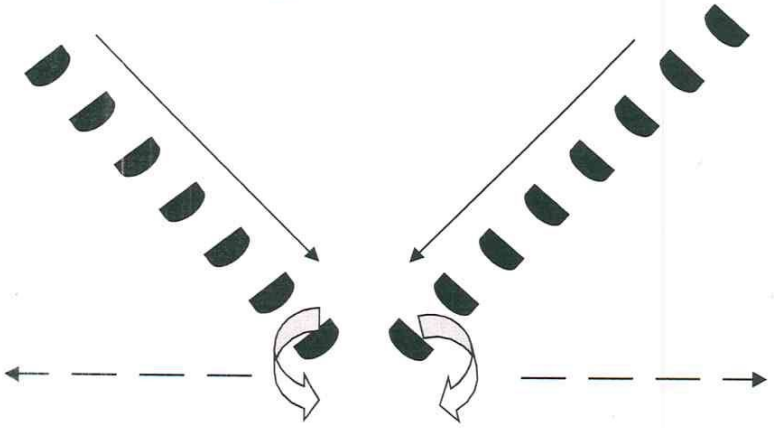


Рис.2

Повторяется первая часть музыкального сопровождения 8 тактов.

1-3 такты

Впереди стоящие девочки начинают исполнять «припадание» на ¼ такта в разные стороны с левой и правой ноги соответственно, каждая последующая девочка доходит до точки простыми шагами, затем «припадание», перестраиваясь в прямую линию.

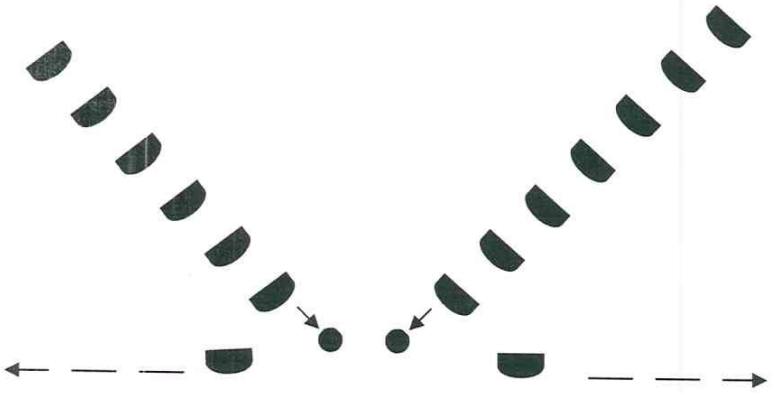


Рис.3

4 такт

«Припадание» вокруг себя по ходу движения, вправо влево на ¼ такта. Последняя девочка (дев.3) с правой стороны становится по центру, у нее «пауза».

д.3

Рис.4

5 такт

По одной девочке с каждой стороны от центра исполняют движение – вынос ноги на каблук на ¼, левая сторона – движение пр.н., правая – л.н., направление от центра.

6 такт

счет	Описание движения
1-	Вынос на каблук две предпоследние девочки
2-	Вынос на каблук две последние девочки
3-	Все девочки меняют ногу «на каблук» направление в центр
4-	пауза

7 такт

Поворот вокруг себя по VI позиции, направление в центр. Взгляд оставляя в зал (точка1).

8 такт

Русский поклон (движение 4)

Исполняется вторая часть музыкального сопровождения 8 тактов.

1-2 такты

Из прямой линии (рис.4) девочки образуют три круга по три человека – с левой стороны, с правой и по центру. Между кругами по две девочки исполняют вынос на каблук (движение 3) вправо и влево от центра (рис 5, 5а).

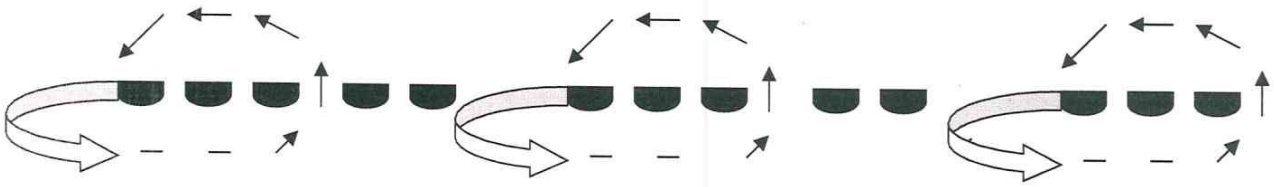


Рис.5

Рис.5а

3-4 такты

Из «кругов-троек» девочки, поворачиваясь спиной к зрительным рядам, идут на п./п. к заднему плану сцены и становятся в линию, лицом к зрителю. Две «двойки» исполняют два круга на месте, взявшись за руки (рис.6).

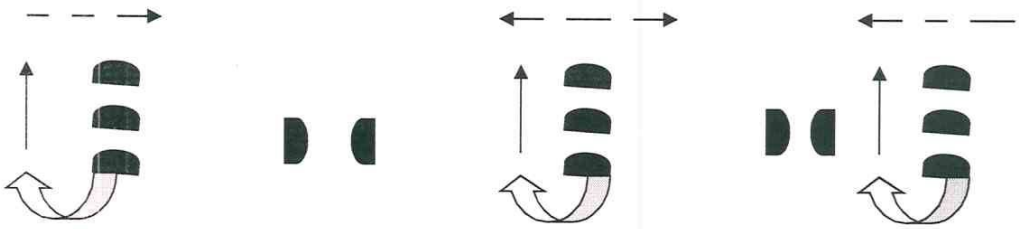


Рис.6

5-6 такты

Две боковые тройки исполняют шаг по кругу, центральная «тройка» - стоит на 6-ой такт, подняв руки в позу «воротца». Две «двойки» идут спиной к зрителю в направлении к заднику сцены, проходят «воротца».

7-8 такты

Две «тройки» исполняют движение 3 четыре раза.

Центральная «тройка» стоит – «воротца» две «двойки» проходят «воротца», идут вперед, чуть расходятся делают поворот: две – вправо, две влево и выпад в сторону, другая нога на каблук.

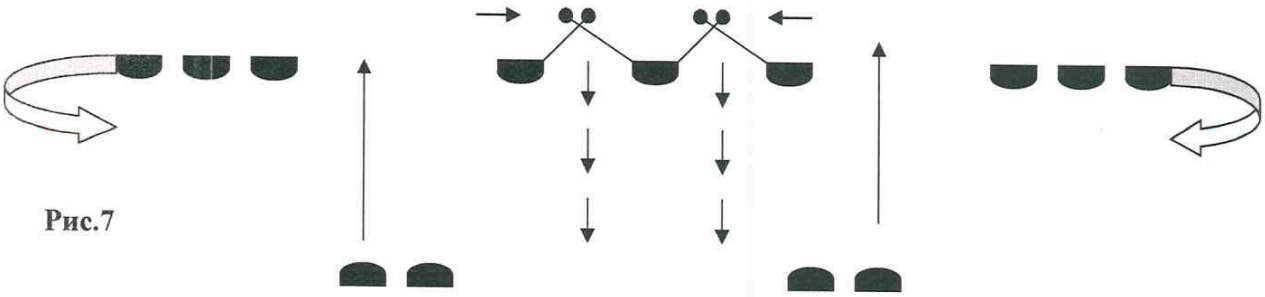


Рис.7

Исполняется первая часть музыкальное сопровождение 8 тактов.

1-4 такты

Центральная «тройка» шагает на п./п. вперед, проходя коридор из «двоек», центральная девочка чуть впереди, дойдя до переднего плана сцены, боковые девочки поворачивают направо и налево соответственно, центральная остается на месте.

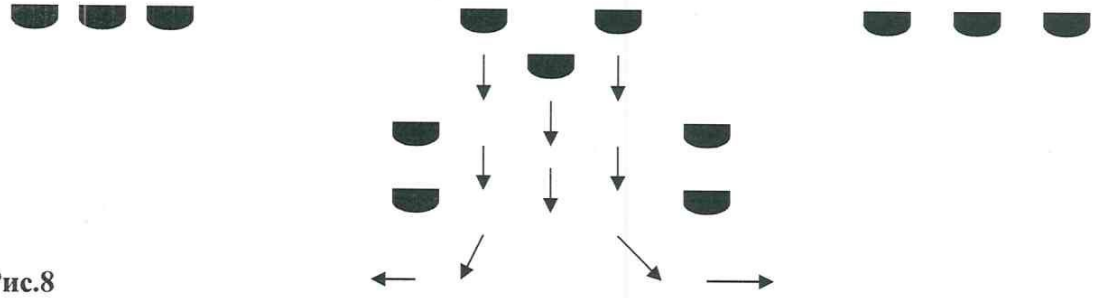


Рис.8

Две боковые «тройки» начинают шагать навстречу друг другу, далее проходят «коридор» и выстраиваются в линию по переднему плану сцены

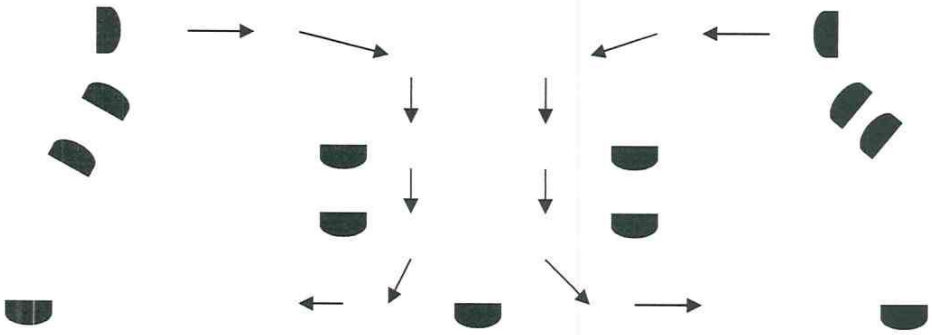


Рис.9

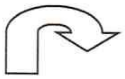
«двоики» на четвертый такт доходят до этой линии.

Рис.10

5-6 такты
Каждая вторая девочка обходит вокруг каждой первой по небольшому кругу, возвращаясь на свое место.

Рис.11

Каждая первая девочка при этом движение 3 (пр.н. на каблук).

7-8 такты
Все вместе поворот  вокруг себя. Русский поклон (движение 4).

Описание движений

Музыкальный размер 4/4

Движение №1. Переменный шаг.
И.П. – первая свободная позиция.
На счет «и» - легкое «plie» на двух ногах
«раз» - шаг вперед с вытянутого носка на всю ступню правой ноги
«и» - шаг вперед с носка на всю ступню левой ноги
«два» - шаг вперед с носка на всю ступню правой ноги
«и» - пауза, левая нога вытянута назад, голова чуть наклонена в сторону этой ноги
«три» - шаг вперед с вытянутого носка на всю ступню левой ноги
«и» - шаг –«- правой ноги
«четыре» - шаг – «- левой ноги
«и» - пауза, правая нога вытянута назад, голова чуть наклонена в сторону этой ноги
Руки держат платье
Движение повторяется

Движение №2. Припадание (1/4 такта)
И.П. – третья позиция ног, правая нога впереди. Руки держат края платья.
Затакт. Подняться на полупальцах обеих ног.
На счет «раз» - шаг на правую ногу в сторону с носка на всю ступню, закончив в «plie» (присев). Левую ногу прижать вытянутой ступней к щиколотке правой ноги (cou-de-pied). Колени направлены в стороны.
На счет «и» выпрямляя колени обеих ног, переступить на низкие полупальцы левой ногой сзади правой.
Правую ногу, вытянутую в колене и ступне приподнять в сторону, голова повернута вправо.
На счет «два - и» - повторяется шаг с правой ноги в сторону и т.д.

Движение №3. Вынос ноги на каблук (1 такт 4/4)
И.П. – шестая позиция ног. Руки держат края платья. На счет «раз – и» - левая нога, чуть сгибаясь в колене, остается на «plie», колено чуть направлено в сторону.
Правая нога с вытянутым коленом и сокращенной стопой поднимается невысоко в сторону, опускается на каблук. Корпус и голова наклоняется вправо.

На счет «два – и» - правая нога сгибается в колене, делает «притоп» рядом со ступней левой ноги. Корпус выпрямляется, голова прямо. Левая нога выпрямляется.
На счет «три – и», «четыре – и» тоже самое, начиная с левой ноги.

Движение №4. Русский поклон 1 такт 4/4.
И.П. – шестая позиция ног, руки опущены вдоль корпуса.
На счет «раз – и» - правая рука поднимается, касаясь кистью левого плеча. Голова поворачивается влево.
На счет «два – и» - правая рука поднимается наверх в третью позицию. Голова поднимается чуть опережая руку. Взгляд на кисть.
На счет «три – и» рука и корпус одновременно наклоняются вниз, поклон.
На счет «четыре – и» - корпус поднимается в исходное положение.