

**Міністерство освіти і науки України  
Державний вищий навчальний заклад  
«Донбаський державний педагогічний університет»  
Факультет початкової, технологічної та професійної освіти  
Кафедра музики і хореографії**

# **УКРАЇНСЬКИЙ НАРОДНИЙ ТАНЕЦЬ**

**Навчально-методичний посібник  
із курсу «Теорії і методики народного танцю»**

**для підготовки студентів  
бакалаврського та магістерського рівнів вищої освіти  
спеціальності 013 – Початкова освіта**

**Слов'янськ – 2019**

**УДК 378 : 792.8**

**ББК 74.4 +85. 32**

Український народний танець: навчально-методичний посібник із курсу «Теорії і методики народного танцю / Укл.: Л. Гаврілова, В. Котов, А. Роздимаха. – Слов'янськ : ДДПУ, 2019. – 145 с.

Навчальний посібник вміщує матеріал із курсів «Теорії і методики народного танцю» (для підготовки студентів бакалаврського та магістерського рівнів вищої освіти 013 – Початкова освіта) та «Українського народного танцю» (для підготовки студентів магістерського рівня вищої освіти 013 – Початкова освіта). До посібника включені сценарні плани українських народних танців «Гопак», «Буковинська полька», «Український хоровод», «Коломийка», «Козачок», «Кадриль», доповнені описанням рухів українських народних танців (кроків, присядок, обертів, тинків, стрибків тощо). Інформаційно-довідникові розділи посібника вміщують глосарій та словник елементів класичного танцю.

Посібник рекомендований студентам педагогічних навчальних закладів - майбутнім хореографам, керівникам дитячих хореографічних колективів.

**Рецензенти :**

Кулешов О. В. – директор комунального початкового спеціалізованого мистецького навчального закладу (школи естетичного виховання) «Школа мистецтв», м. Слов'янськ.

Одерій Л. Є. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти та соціальної роботи ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

*Рекомендовано до друку рішенням Вченої ради ДВНЗ  
«Донбаський державний педагогічний університет»  
(протокол №10 від 20.06.2019 р.)*

©ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2019  
© Гаврілова Л., Котов В., Роздимаха А.

## **ПЕРЕДМОВА**

Вітчизняна система підготовки хореографів-викладачів не враховує особливостей роботи з дитячими колективами в сучасних умовах, коли відбулися концептуальні зміни як у підході до формування хореографічних навичок (пріоритет духовно-творчих завдань), так і суспільних вимог до керівника дитячого колективу (який має поєднувати в собі високий професіоналізм фахівця-хореографа, педагога-вихователя, психолога та менеджера, володіти економічними знаннями та мистецтвом керівництва колективом).

Питання формування професійної компетенції майбутніх хореографів вирішується у процесі вивчення цілого комплексу спеціальних дисциплін: студенти опановують «Теорію і методику класичного танцю», «Теорію і методику народно-сценічного танцю», «Теорію і методику історико-побутового танцю», «Історію хореографічного мистецтва», «Мистецтво балетмейстера», «Методику роботи з дитячим хореографічним колективом», крім того, навчальним планом передбачено вивчення кількох спецкурсів.

Аналіз сучасної системи підготовки хореографів свідчить, що основна увага приділяється розвитку специфічних танцювальних умінь і навичок, хореографічних здібностей, загалом існує розбіжність між рівнем сформованості у студентів хореографічних і методичних знань, вмінь та навичок, проте саме знання методики постановочної роботи є визначальними в позашкільній роботі з дітьми. На нашу думку, формуванню професійної компетентності та педагогічної майстерності майбутніх хореографів сприятиме їх активне залучення до створення власних танцювальних постановок.

Пропонуємо для студентів – майбутніх хореографів розробки українських народних танців, які вміщують історичний екскурс, описання костюмів, сценарний план, схематичні малюнки танцювальних фігур. Посібник вміщує розробки з курси з теорії і методики народного танцю: «Український хоровод» (для студентів 1 курсу), «Козачок» (для 2 курсу), «Кадриль» (для 3 курсу), «Коломийка» (для 4 курсу), а також для студентів-випускників, які вивчають курс : «Український народний танець», «Буковинська полька» та «Гопак».

**Методичні поради майбутнім керівникам дитячих хореографічних колективів**

Організація творчої колективної діяльності дітей передбачає такий зміст діяльності керівника самодіяльного хореографічного колективу:

- організація, планування і прогнозування роботи колективу;
- забезпечення взаємодії з зовнішнім середовищем;
- підтримка рівноважного стану і внутрішнього середовища та ін.

Зауважимо, що професія керівника танцювального колективу складна й відповідальна. Керівник повинен знати досконало все те, що відноситься до мистецтва танцю, його технології. Крім того, для успішної роботи йому необхідно бути тонким психологом, мати педагогічні здібності, без цього працювати з юними танцівниками буде дуже складно.

Педагогічне керівництво процесом хореографічного навчання передбачає, перш за все, формування основ хореографічної підготовки, навичок координації танцювальних рухів, виконавської майстерності.

Слід зазначити важливі організаційні моменти, від яких залежить подальша успішна робота самодіяльного колективу.

Перший етап роботи керівника художньої самодіяльності – це набір дітей і формування танцювального колективу. У спеціалізованих навчальних закладах, хореографічних училищах, студіях, а також у самодіяльних колективах набір дівчаток і хлопчиків проводиться за їх природними даними: перевіряється музичний слух, почуття ритму, гнучкість, крок, пропорція тіла тощо.

Набір дітей відбувається за віковими категоріями. Кількість дітей в групі має становити не більше ніж 20 – 25 осіб. Групи хлопчиків і дівчаток можуть займатися окремо, потім проводяться зведені репетиції. Для ефективнішої роботи групи відразу роблять змішаними, що сприяє швидкому взаєморозумінню між партнерами.

Зовнішній вигляд учасника танцювального гуртка має відповідати вимогливим нормам хореографії. У дівчаток-спортивний купальник, лосини.

Волосся зібране в «гульку». У хлопчиків – лосини, майка. Взуття в класичному танці – балетки, в народному – жорстке взуття: туфлі на не високий підборах у дівчаток, танцювальні чоботи у хлопчиків.

**Робота керівника дитячого самодіяльного колективу над танцем –  
відпрацювання рухів**

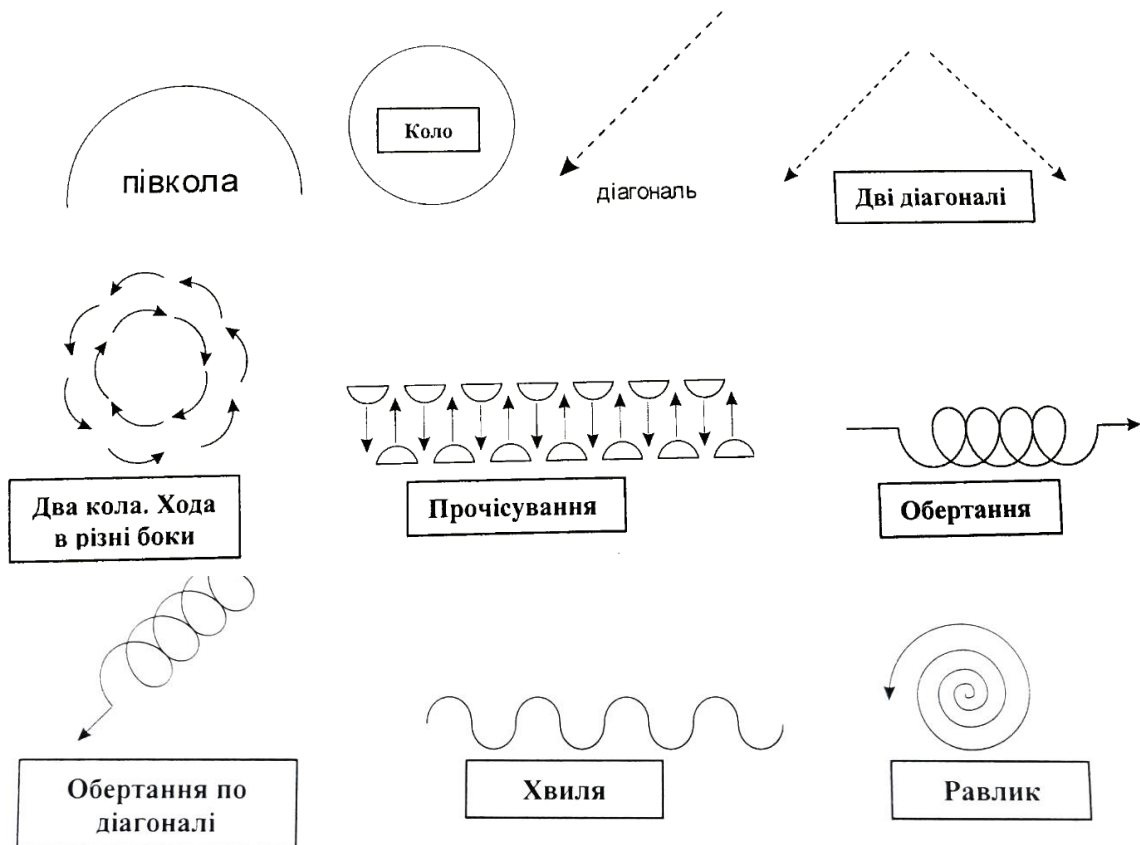
На початку роботи над танцем розучуються окремі рухи, відпрацьовуються й доводяться до професійного виконання. Потім логічно пов'язані групи рухів об'єднуються в зв'язки – комбінації. Особлива увага приділяється правильному використуванню хореографічної лексики даної народності. При цьому ретельно відпрацьовується акторська майстерність, внутрішня подача образу, жести, манера, погляд.

На наступному етапі кілька зв'язок – комбінацій об'єднуються в малий етюд. Кожному танцю притаманні свої малюнки – схеми переміщення танцівників на сцені. Малюнок танцю, як і вся композиція, повинен виражати певну думку та бути підпорядкованим основній ідеї хореографічного твору.

У танцювальних композиціях можна використовувати :

- 1) Півколо;
- 2) Діагоналі;
- 3) Змійки;
- 4) Коло;
- 5) До-зі-до;
- 6) Прочісування;
- 7) Подвійні кола-мале й велике, де обертання або хід йде в різні сторони, а також використовується «хвиля»;
- 8) Обертання по колу, по діагоналі.

Хореографічне позначення малюнків



При вивченні рухів танцю, керівник самодіяльного колективу повинен спочатку показати дітям рух, роз'яснити на скільки тактів він виконується. Якщо цей рух складається з двох та більше складників, необхідно вивчати рух частинами.

Рух виконується спочатку під рахунок, повільно, не швидко. Коли учні зрозуміли рух, рахунок темпу доводять до музичного, і тільки потім йде музичний супровід. Рух відпрацьовується декілька разів.

Наприклад: ми вивчаємо хід польки з підскоками та потрійними притопами.

*Вихідне положення:* 3 позиція ніг.

Рух складається з 3-х частин. Музичний розмір 2/4.

Першу частину руху ми вчимо хід польки (на 4 такти) :

- на «і» піднімаємо праву ногу,*
- на «раз» ставимо на підлогу праву ногу,*
- на «два-три» робимо підбиття.*

Потім рух повторюється з лівої ноги:

*на «і» піднімаємо ліву ногу,  
на «раз» ставимо на підлогу ліву ногу,  
на «два-три» робимо підбиття.*

Після цього вивчаємо підскоки (на 2 такти):

*на «раз» крок правою ногою, ліве коліно високо піднімається вгору,  
на «два» крок на ліву ногу, праве коліно піднімається вгору і права нога  
залишалася в повітрі. З неї робимо потрійний притоп  
«раз» – удар правою,  
«два» - удар лівою,  
«три» – удар правою ногою.*

### **Робота з музичним матеріалом**

Музика є однією з головних складових у процесі створення хореографічного твору. Танцювальне мистецтво і музика пов'язані багатьма нитками. Музика дає хореографії ритмічну основу, характер, образну виразність, і перш ніж починати створювати хореографічний твір, керівникові необхідно правильно і грамотно підібрати музичний матеріал для своєї майбутньої вистави.

Музика має відповідати хореографічній лексиці, яка лежить в основі постановки. Відповідно, рухи повинні виконуватись саме в тому народному стилі до якого належить музика.

Припустимо, керівник вирішив зробити танець такого жанру, як хоровод («Утушка», «Веснянка» і т. д.), то музику слід підбирати м'яку, ліричну, ніжну, що відображає лексику даного хороводу. Якщо ж хоровод жвавого характеру, то музичний матеріал береться завзятий, життєрадісний, як хоровод («Сударушка» в ансамблі «Берізка»).

Часто в народних танцях крім музичного супроводу використовують спів. В Україні це спів у формі частівок. Підбір музичного матеріалу є одним з найважливіших етапів при постановці будь-якого хореографічного твору.

«Музика – писав К. Блазис, – повинна описувати дійових осіб і їх пристрасі, уточнюючи і завершуючи їх портрети. Сенс мелодії в музиці завжди повинен змінюватися згідно з сюжетом танцю...»

Кожен хоровод, танець – чи то кадрили, чи сюжетний танець, глибоко змістовні, красномовні і яскраві, що мають свій задум, свій розвиток, який можна розкрити тільки у разі, якщо танець органічно поєднується з музикою або піснею, зливається з нею.

### **Створення костюма для народного танцю**

Вже були визначені найважливіші компоненти створення хореографічного номеру – це створення танцю, його композиції, відпрацювання рухів та підбір музичного матеріалу.

Ще один не менш важливий фактор у побудові цілісного хореографічного номера – це створення костюмів. Насамперед, треба розуміти різницю між народним (фольклорним) і народно-сценічним костюмом. Створювати сценічний костюм слід на основі народного, при цьому спростити його, щоб танцюристам було зручно рухатися.

Наприклад, українські народні костюми яскраві, барвисті, багаті на прикраси, вишивку тощо. Костюм танцюриста для сценічного виступу повинен так само бути привабливим, святковим, відповідати конкретному танцю. Зауважимо, що український народний костюм дуже різноманітний. Не тільки кожна область, але навіть окремі райони, села різняться особливим поєднанням кольорів, кроєм тощо. Тому розробляючи костюми для хореографічної композиції керівник танцювального колективу повинен добре знати історію народного костюма даної області, району, села. Вивчити, які саме прикраси одягали дівчата в цій місцевості, приділити увагу вишивці цього костюма.

У розробці українського костюма необхідно враховувати вікові категорії учасників танцювального колективу. При розробці дитячого сценічного українського костюма допускається шити недовгі спідниці, пришиваючи аплікації в українському характері і обшивати блискітками. Блузки шиють з



невеликим рукавом, типу «ліхтарик». Головний убір – віночок, робиться в один ряд. Стрічки на вінках повинні опускатися не нижче 30 – 35 см. На ноги можна одягати туфлі або ж концертні тапочки під колір костюма.

Дорослий і дитячий сценічний український костюм відрізняється кроєм. Вінок робиться в два, а то і у три ряди, стрічки опускаються до попереку.

Спідницю шиють з запахом (плахта). Або ж одягається «спідниця», низ якої обробляють вишивкою шириною 5 – 6 см по колу. Блуза має вишитий довгий рукав. Дівчата взувають танцювальні чобітки.

Підкреслимо, що при створенні сценічного костюма не слід копіювати побутовий одяг. Даний костюм вимагає сценічної переробки, виразніших форм, яскравіших фарб, помітніших прикрас. Важливе значення має правильно скроєний костюм, який підкреслював би фігуру виконавця. Треба, також, приділити увагу освітленню на сцені, відстань від сценічного майданчику до глядача. Тільки врахування всіх зазначених положень стане запорукою успішної хореографічної композиції, яка справить враження на глядача.

## СЦЕНАРНІ ПЛАНИ УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ ТАНЦІВ

### Український хоровод

Знайомство студентів – майбутніх хореографів з танцювальною лексикою хороводів відбувається на 1 курсі.

Хороводи – один з найдавніших видів народного танцювального мистецтва. Виконання їх колись пов'язувалося з обрядовими діями, традиційною зустріччю весни (весняний цикл танців), відзначенням літа (купальський цикл танців), зустріччю Нового року. Найпоширенішими були веснянки, гаївки, танки. Тепер хороводи втратили своє обрядове значення. Вони міцно увійшли до репертуару професійних та самодіяльних виконавських колективів, особливо дитячих.

*За темами хороводи зазвичай поділяють на три групи:*

- Хороводи, в яких відображаються трудові процеси («А ми просо сіяли, сіяли», «Мак», «Шевчик», «Бондар», «Коваль» та ін.);
- Хороводи, де відбито родинно-побутові відносини трудового народу («Перепілка», «Ой, гілля-гілочки», «Пташка» тощо);
- Хороводи, в яких знайшли свій вияв патріотичні почуття народу, оспівується рідна природа («А вже весна», «Марена» та ін.).

Хороводи є синтетичний вид народної творчості, в якій органічно злиті поезія, музика та хореографія. Ідейний зміст того чи іншого хороводу розкривається в пісні. Отже, текст в обрядових танцях має першорядне значення, бо він визначає зміст танцю та його хореографічний малюнок.

Хороводи є однією з найстаріших художніх форм народного мистецтва взагалі і танцювального зокрема.

Образність музичної і хореографічної мови хороводів привертала і привертає професіональних композиторів та хореографів. Хороводи зустрічаються в балетах і операх, як елементи народних обрядів (опера «Майська ніч», М. Римського-Корсакова, «Утоплена» М. Лисенка та ін.).

Широко використовуються хороводи і на сцені драматичних театрів, де вони вводяться в театральну дію, як етнографічні елементи спектаклю і часто становлять органічну частину розвитку драматичної дії (хоровод «Король» у п'єсі «Невольник» М. Кропивницького). Мелодичний матеріал хороводних пісень зустрічається у дитячій опері М. Лисенка «Зима й Весна», а також у балетах «Пан Каньовський» М. Вериківського та ін. Чудові народні мелодії хороводів звучать у симфонії №2 Л. Ревуцького, у «Веснянках» М. Вериківського, «Пам'яті Лесі Українки» А. Штогаренка тощо.

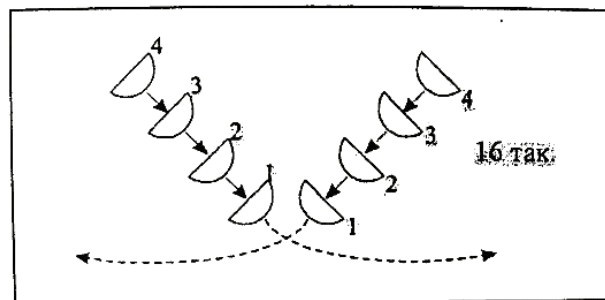
Чимало хороводних пісень використано в інструментальній музиці російських композиторів (Перший фортепіанний концерт і Друга симфонія П. Чайковського тощо). Композитори і хореографи створюють також оригінальні хороводи. Ряд визначних хороводів на сучасну тематику написав Г. Верьовка («Величальна» та «Урожайна святкова» на слова М. Стельмаха, «Хоровод дружби» на слова Т. Масенка).

Наведемо приклад українського хороводу, запропонованого для майбутніх керівників дитячих хореографічних колективів у Донбаському державному педагогічному університеті.

### **Сценарний план танцю «Український хоровод»**

#### **Фігура 1.**

Вихід танцюристів. У танці приймає участь 8 дівчат. Із правої та лівої третьої куліс дівчата починають свій вихід :



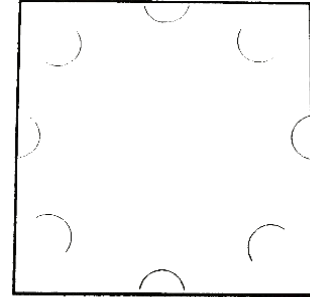
*на «раз-два-три-чотири»* – чотири кроки з правої ноги з витягнутим носком уперед. Дівчата рухаються по діагоналі.

*на «п'ять-шість-сім-вісім»* – припадання в тому ж напрямку по діагоналі (чотири припадання).

Рухи повторюються два рази на 16 тактів.

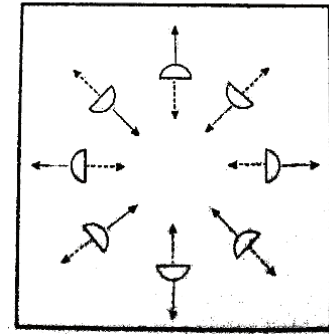
**Фігура 2.**

3 діагоналі на 16 тактів дівчата утворюють велике коло.



**Фігура 3.**

На високих півпальцях роблять *Pas de basque* (падебаск) на 4 такти. Цим рухом перші номери заходять в коло, другі номери виходять з кола.



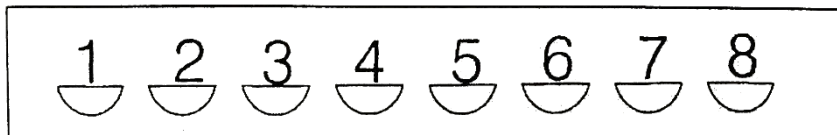
на «п'ять-шість» – нахил уперед, виводячи праву ногу вперед на носок.

на «сім-вісім» – поворот.

І все робиться у зворотній бік. Другі номери заходять в коло, а перші виходять з кола. Рух робиться на 16 тактів.

**Фігура 4.**

Дівчата з кола дрібною ходою на високих півпальцях утворюють лінію на 4 такти.

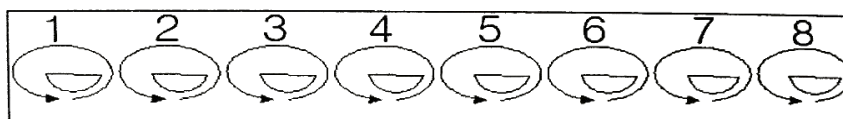


на п'ять-шість – роблять упадання на праву ногу, ліва на кудеп'є ззаду, голова на рахунок п'ять опускається донизу, на шість – піднімається.

на сім-вісім – рух повторюється.

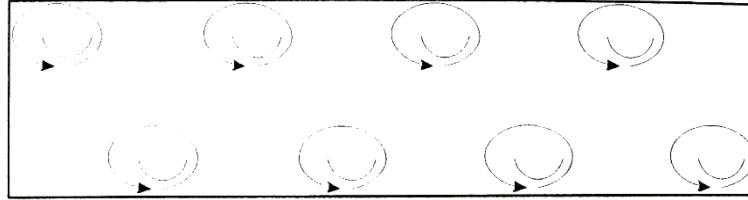
Друга частина четвертої фігури: дівчата по черзі на кожний такт роблять поворот (сутеню) вліво, права рука проходить через третю позицію.

Рух займає 8 тактів.



**Фігура 5.**

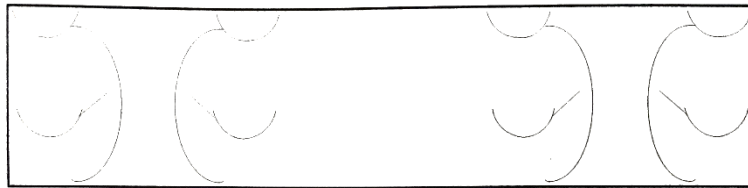
Із загальної лінії дівчата перебудовуються на дві лінії на 4 такти у шаховому порядку.



Перешикунання йде дрібним ходом на високих півпальцях. Потім на 4 такти припадання навколо себе вправо.

**Фігура 6.**

Дівчата першої лінії роблять «ворітця», а дівчата другої лінії проходять вперед у «ворітця» на 4 такти.



Потім, дівчата, які проходили вперед роблять «ворітця», а інші дівчата навпаки проходять. Рух робиться на 4 такти.

Друга частина 6-ої фігури. Дівчата закінчивши на 8 тактів робити «ворітця» утворюють два кола. На 4 такти.

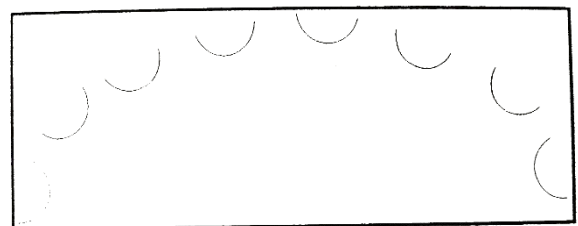


На «п'ять-шість» – заходять в коло

на «сім-вісім» – виходять з кола

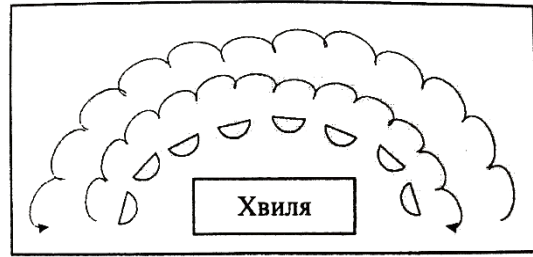
**Фігура 7.**

З двох кіл дівчата виходять на півколо на 16 тактів основним рухом на високих півпальцях.



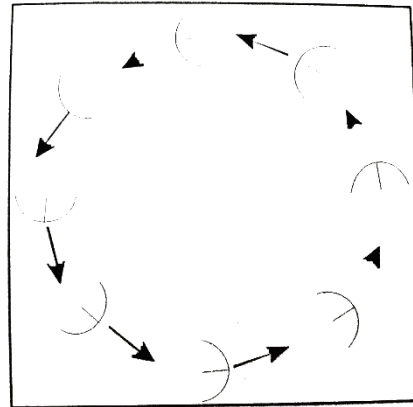
**Фігура 8.**

Дівчата, перебуваючи в півколі, роблять хвилю руками на 8 тактів вправо і на 8 тактів вліво.



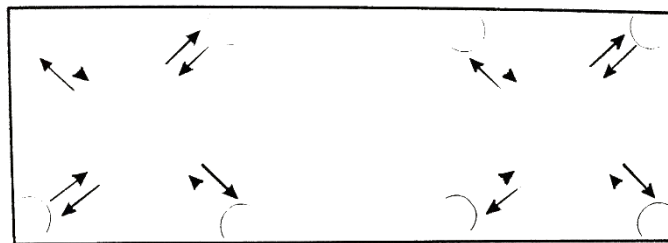
**Фігура 9.**

Дівчата з півкола на 4 такти утворюють коло і рухаються колом основною ногою на високих півпальцях – 16 тактів. При цьому права рука на 2 такти піднімається вгору, на 2 такти опускається – 16 тактів.



**Фігура 10.**

З великого кола дівчата розриваються на два малих кола :



на раз-два-три-чотири – заходять у коло, при цьому праву руку піднімають догори

на п'ять-шість-сім-вісім – виходять з кола, праву руку опускають донизу.

Рух виконується два рази на 16 тактів.

**Фігура 11.**

Дівчата з двох кіл шикуються в одну лінію на 4 такти.

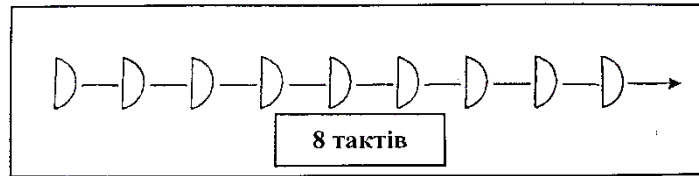


## Український народний танець

на п'ять-шість – роблять уклін

на сім-вісім – пауза

І на 8 тактів основною ходою йдуть за лаштунки.



### Нотний супровід до хороводу

*p* M # 7 M M M B

M # 7 M M M B

### Козачок

Один з найпоширеніших танців в Україні – це козачок. Назву танцю дослідник української народної хореографії А. Гуменюк пов'язує з життям козаків-воїнів. Однак побутує й інша усна версія (дослідникам до неї необхідно завжди прислуховуватися), що назва танцю від слова «козачок» (хлопчик на побігеньках у багатого козака, пана). Він зобов'язаний набити тютюном люльку, принести келих вина, відремонтувати взуття.

Виникнення танцю відноситься до кінця XVI-го початку XVII ст. (часу виникнення українського лялькового видовища та вертепу, у другій частині

якого головна дійова особа козак – запорожець, що вміє грати на бандурі та завзято танцювати).

Виконується «Козачок» парами у масових танцювальних композиціях. Більше танцюється дівчатами, на відміну від сольного гопака, що виконують тільки чоловіки. Побутує сольний варіант для дівчини та дуету.

Лексика козачка містить комбінації бігунців, доріжок, припадань, голубців, нескладних присядок, повзунців. Композиція включає різновиди колових побудов з солістами і без півкола, спіралі та ін. На відміну від гопака, козачок не розподіляється на чоловічі та жіночі масові танцювальні епізоди.

*Музика:* музичний розмір 2/4; темпи швидкі, що переходять нерідко в дуже швидкі з дрібним ритмічним малюнком. Для козачків характерні виразні інтонації, нюанси. Мелодії складаються з двох-трьох і більше періодів, що повторюються у нових розробках.

Емоційно-виразні мелодії козачків приваблювали і приваблюють композиторів, які використовують їх у своїх творах. Ще у XVIII ст. польські композитори вводили козачки у балети та опери. Зустрічаються вони і в перших російських балетах «Нова героїня, або Жінка – козак», «Торжество Росії» та українських «Маруся Богуславка» і «Ніч перед Різдом» А. Свешнікова, «Лілея» К. Данькевича; операм – «Катерина» М. Аркаса, «Різдвяна ніч» та «Тарас Бульба» (народна музична драма) М. Лисенка, «Богдан Хмельницький» К. Данькевича; танцювальній сьюті А. Коломійця, а також у п'єсах С. Гулака-Артемівського, І. Котляревського, М. Старицького.

Козачки звучать й у творах для симфонічного оркестру: «Малоросійський козачок» О. Даргомижського та «Козачок» Л. Ревуцького, по-сучасному звучать, написані спеціально для сольного виконання жіночий козачок. І. Іващенко та його ж «Весняний козачок», що на сьогодні є кращим сценічним варіантом цього танцю в масовому, мішаному виконанні. Окремого слова заслуговує «Козачок» у постановці А. Кривохижі та У. Клокова.

Пропонуємо козачок, розроблений зі студентами 2 курсу.



## Український народний танець

Музичний розмір 2/4. Темп помірно-швидкий. Танець розрахований на дитячий вік 11 – 13 років. У танці використовуються трюкові моменти як у хлопців, так і у дівчат.

Костюми: у дівчат сині спідниці вільного крою, з українським орнаментом, блузи (рукав ліхтариком), на голові вінок в один ряд, червоні туфлі; у хлопців українські сорочки-вишиванки, сині звужені шаровари, червоний пояс і червоні чоботи.

Хореографічна лексика: центральна Україна.

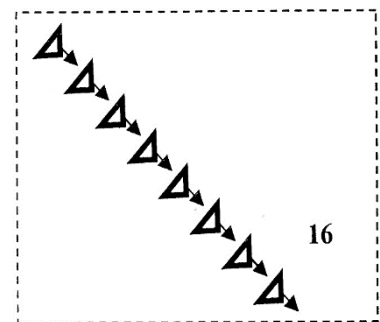
### Сценарний план танцю

#### 1. Вихід танцюристів.

Танець розрахований на 8 пар. З правої третьої куліси, легким бігом вихід хлопців.

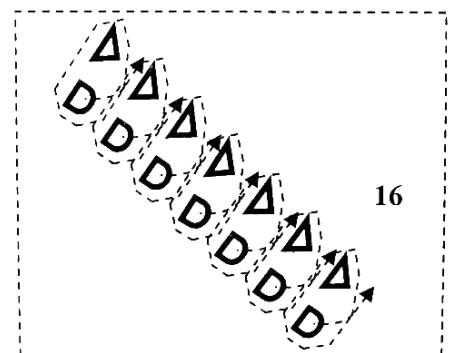
Легкою ходою (захлестом) хлопці виходять на сцену на 8 тактів. Права рука в третій позиції, ліва у другій. Потім три присядки і два удари правою ногою, потім лівою. 8 тактів.

Малюнок 1



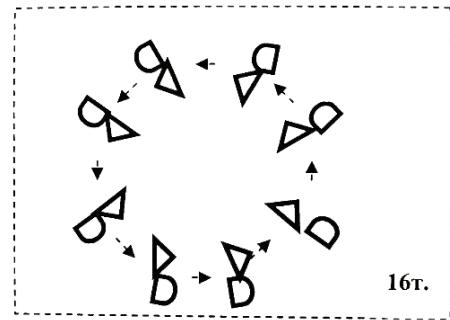
З правої третьої куліси виходять дівчата тією ж самою легкою ходою (захлестом) на 8 тактів. Руки вниз в алянже, потім на 8 тактів припаданням обходять хлопців. Хлопці в цей час на місці роблять релеве по другій позиції ніг, руки на поясі.

Малюнок 2



З діагоналі всі пари рухаються по колу бігунцем. Хлопець бере лівою рукою партнерку, права рука у третій позиції. На останні 2 такти повертаються один до одного обличчям, зберігаючи коло.

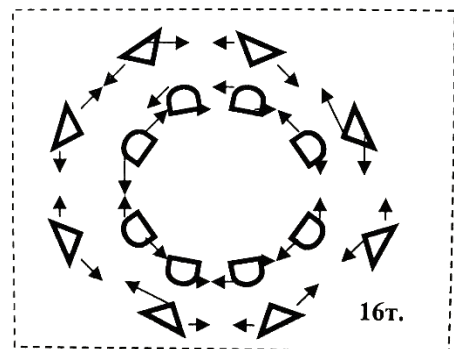
Малюнок 3



Хлопці та дівчата праворуч роблять галоп з відтягненням носка в біг, потім у зворотний бік на 8 тактів.

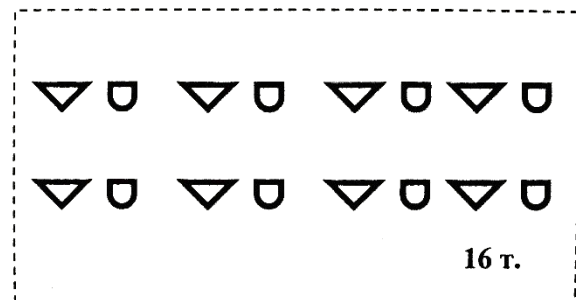
Потім хлопець робить з присядки, а дівчина обходить його припаданням по шостій позиції ніг на 8 тактів.

Малюнок 4



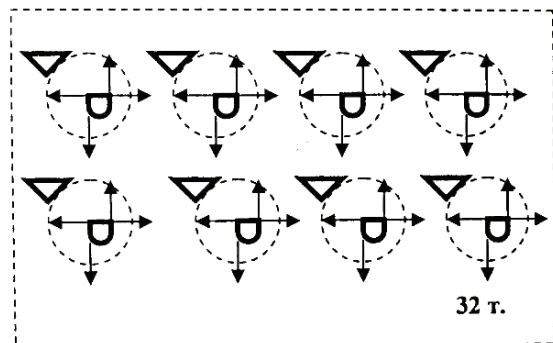
З кола пари розкриваються на дві лінії, основною ходою (бігунцем). Хлопець тримає дівчину лівою рукою, права в третій позиції. У дівчини права рука внизу в алянже. 16 тактів.

Малюнок 5



Хлопці сідають вниз і роблять «крокодила» на 16 тактів. Дівчата піднімаються на півпальці й на 8 тактів рухаються вперед змінною ходою. Потім роблять повороти на 90 градусів у кожен бік тією ж змінною ходою, руки в кулачках на ліктях. На 8 тактів поворот праворуч.

Малюнок 6



Потім дівчата змінною ходою повертаються до хлопців, руки вниз (8 тактів) і на 8 тактів бігунцем обходять хлопців. Хлопці після виконання «крокодила», піднімаються й роблять релеве на 8 тактів, потім 3 присядки.

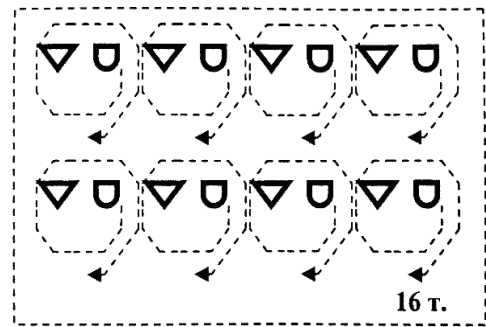
З двох ліній пари знову рухаються колом основною ходою (бігунцем) на 16 тактів. Хлопець тримає дівчину лівою рукою, права рука у третій позиції. У дівчини права рука вниз в алянже.

Всі пари з кола мотузочкою розкриваються на півколо на 8 тактів і на 8 тактів пари обертаються навколо себе припаданням.

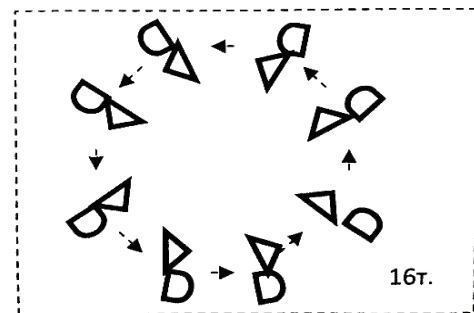
Потім у центрі сцени дівчина крутить обертас. Пари стоять у півколі й в такт музиці роблять хлопки (16 тактів).

Пари також залишаються в півколі, а соліст (хлопець) робить два барила, переходячи в колесо на 16 тактів. Пари продовжують плескати в долоні, підігруючи солістові.

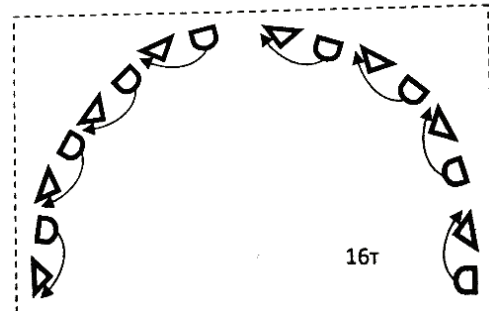
Малюнок 7



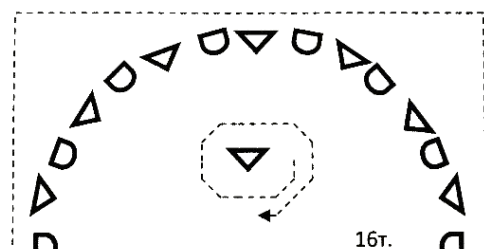
Малюнок 8



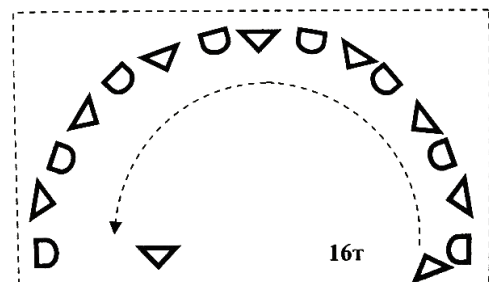
Малюнок 9



Малюнок 10

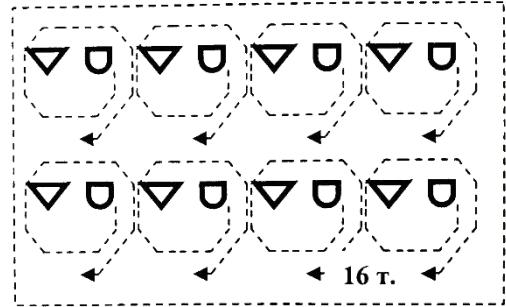


Малюнок 11



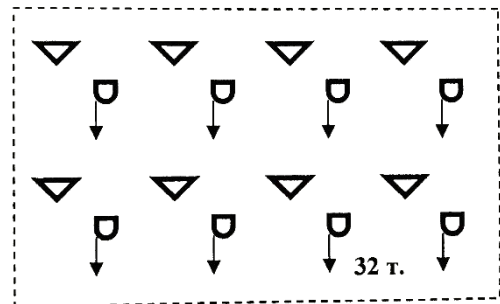
З півкола пари шикуються в дві лінії припаданням на 8 тактів і на 8 тактів обертаються в парах навколо себе припаданням.

Малюнок 12



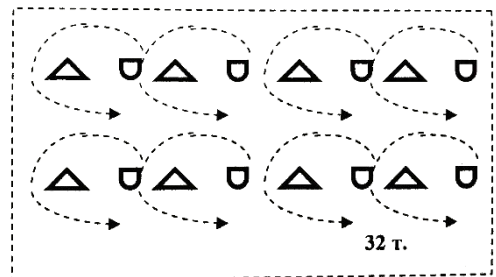
Потім хлопці роблять присядку з підсічкою на 16 тактів. А дівчата знову змінною ходою на півпальцях проходять вперед на 8 тактів, потім роблять на місці падебаск на 8 тактів.

Малюнок 13



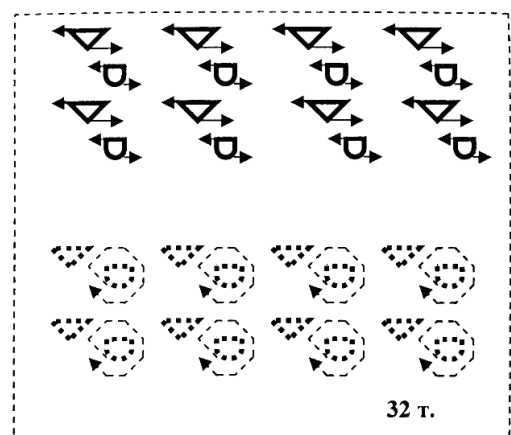
Хлопці встають і роблять релєве на 8 тактів. Дівчата змінною ходою повертаються до хлопців на 8 тактів. Потім хлопці обертаються спиною до глядача, сідаючи на праве коліно. Дівчата бігунцем обходять хлопців.

Малюнок 14



Хлопці встають з коліна, обертаються до глядача і роблять галоп з відтягненням ноги спочатку ліворуч, потім праворуч на 8 тактів. Потім три присядки і сідають на праве коліно, руки відкриваються у другу позицію. Дівчата роблять галоп праворуч, потім ліворуч на 8 тактів. Потім 4 вірьовочки, обертання й фінал (16 тактів).

Малюнок 15



Ноти до танцю «Козачок»

Помірно КОЗАЧОК Українська народна мелодія

Піано  $\text{♩} = 69$

The musical score is written for piano in G minor, 2/4 time. It features four staves of music. The tempo is marked 'Помірно' (Moderato) with a quarter note equal to 69 beats per minute. The score includes various chords such as Gm, D7, and 'B' D7. The melody is identified as a Ukrainian folk melody.

**Кадриль**

Кадриль-танець для чотирьох пар, популярний у ХІХ столітті. Поширений в Україні. Музичний розмір 2/4 або 6/8.

Кадриль зазвичай складається з 5 (або 6) фігур, кожна з яких має свою назву та відповідну музику:

- Le Pantalon – «штани»;
- L'ete' – «літо»;
- La Poule – «курочка»;
- La Pastourelle – «пастораль»;
- Finale – фінал та La Tre`nis – фігура, додана до фіналу танецьмайстером Треніцем.

Танець виник від салонного французького танцю, розповсюдженого від кінця ХVІІ ст. до початку ХХ ст. в Європі і особливо в Парижі. Його формуванню посприяв «контрданс» (сільський танець) з його різновидами, популярний в ХVІІ ст. серед англійських селян. Французьку кадрили танцювали чотири або вісім пар (від. франц. Quadrille – чотирикутник).

*Лексика кадрили.* Виконання тих чи інших рухів залежить від музики: у кадрилих використовуються прості танцювальні рухи – потрійний притуп, перемінні кроки, складніші тинки, вихиляси, й рухи характерні для гопака (голубці у повороті, бігунець, припадання – у дівчат; присядки, метілочки, підсічки, повзунці – у хлопців).

Специфіка композиції кадрили йде від назви (чотирикутник) - чотири, що стоять одна проти другої. Часто зустрічаються варіанти на вісім пар по трійках – партнер та дві партнерки. Іноді виконують тільки дівчата – «Волинянка»; «Іванівська» – чотири дівчини та два хлопці; «Шалантух» – вісім дівчат та дев'ять хлопців. З композицією пов'язується й оголошення фігур, їх промовляє кращий виконавець, витівник – чи за назвою мелодії, чи за порядковим номером. Нерідко в ролі ведучого виступає дівчина.

*Музика.* Найбільш поширена форма зі вступом, програванням 8 – 16 тактів, так званим ритурунелем, під час якого виконавці вибирають собі пару і виходять на сцену. У деяких варіантах збереглися музичні інтродукції (8 тактів), під час яких виконавці відпочивають. Як музичний супровід виконуються популярні народні мелодії. Супроводжують кадрили троїсті музики.

Пропонуємо кадрили, розроблену для студентів 3-го курсу хореографічного відділення факультету підготовки вчителів початкових класів ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» .

### Українська кадрили

#### Сценарний план

У кожного хлопця по дві партнерки, кожна з них хоче йому сподобатися.

У той же час хлопці більш гордовиті. У процесі танцю хлопці інколи відпускають своїх партнерок, тим самим показуючи складними рухами свою завзятість, демонструючи свою перевагу в танці. А дівчата, натомість, своїми гарними рухами намагаються сподобатися партнеру.

## Український народний танець

Музичний розмір – 2/4. Темп – помірний.

Танець може складатися з 4 хлопчиків та 8 дівчаток, можлива й більша кількість.

Костюми дівчат : довгі спідниці, сорочка-вишиванка, червона стрічка з бубонами, червоні туфлі.

Вихід танцю.

Вступ 8 тактів.

У правій та лівій третій кулісах шикуються танцюристи, по два хлопці, які тримають за руки по дві дівчини.

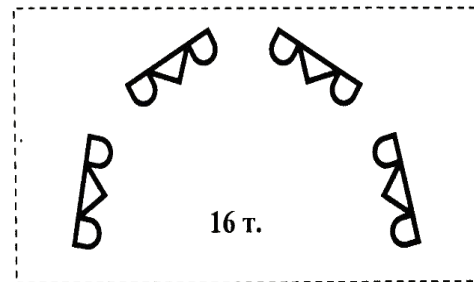
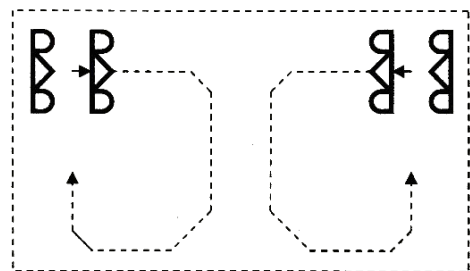
Простим танцювальним кроком трійки виходять з-за лаштунків. Хід йде на півпальцях. На 16 тактів вишуковуються на півколо.

У півколі хлопець робить ворітця, дівчата під рукою обходять навколо нього. Рух повторюється 2 рази. Виконується на 16 тактів.

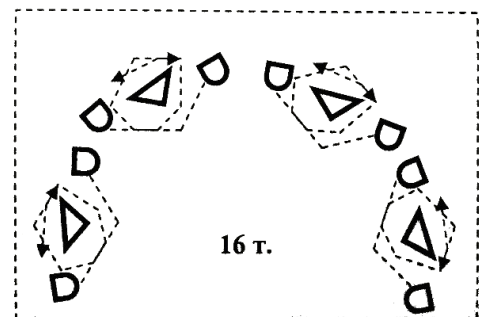
На 4 такти хлопець робить випад до дівчини, яка стоїть праворуч від нього, дівчина зліва присівши, відкриває руки убік, підглядає на хлопця. Потім хлопець на 4 такти робить випад до іншої дівчини, друга так само присідає і підглядає на хлопця.

Потім на 4 такти хлопець робить закрутку партнерок до себе і на 4 такти-розкрутка.

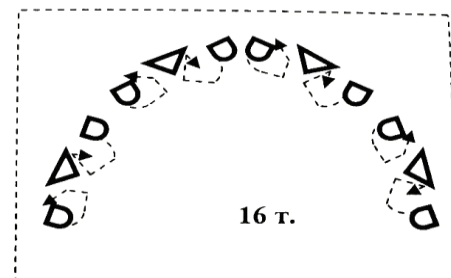
Малюнок 1



Малюнок 2



Малюнок 3



З півкола хлопці виводять дівчат на середину сцени на 8 тактів. Удар правою ногою (пауза 4 такти). Удар лівою ногою (пауза 4 такти). Це роблять хлопці. Дівчата простою танцювальною ходою на півпальцях відходять до правих (лівих) лаштунків.

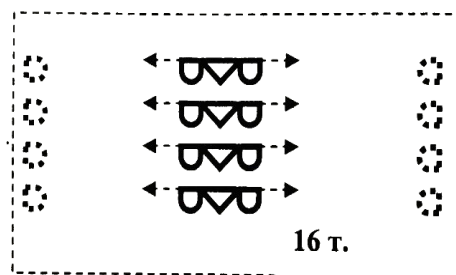
Хлопці основною широкою ходою розходяться (1 вправо, 2 вліво, 3 вправо, 4 вліво) і знову стають по центру сцени один за одним. (16 тактів). Дівчата на місці біля лаштунків роблять малий тинок на 4 такти уклін хлопцям, і так 2 рази.

Хлопці гордо, піднявши голову, стоять на місці і в такт музиці б'ють стопою об підлогу 8 разів. Потім на місці роблять тинок на пальцях і на останній такт подають дві руки дівчатам. Дівчата на 8 тактів підходять до хлопців основною ходою, виконують на місці тинок на пальцях (3 рази), на 7-8 такти подають руку хлопцям.

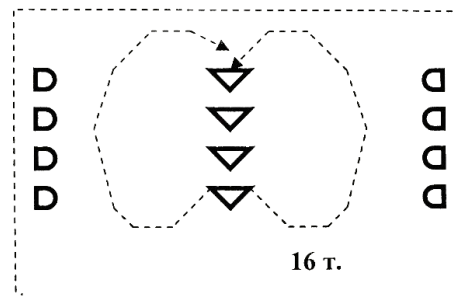
Потім пари простим танцювальним кроком розкриваються на півколо (1-ша пара – праворуч, друга – ліворуч, 3-тя – праворуч, 4-та – ліворуч).

У півколі хлопець до дівчини справа робить випад на 4 такти. Потім до дівчини зліва також випад на 4 такти.

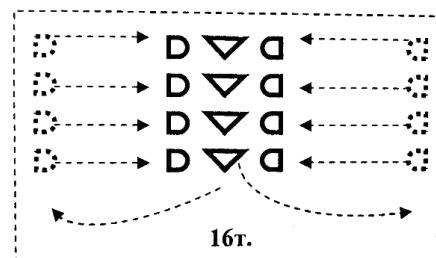
Малюнок 4



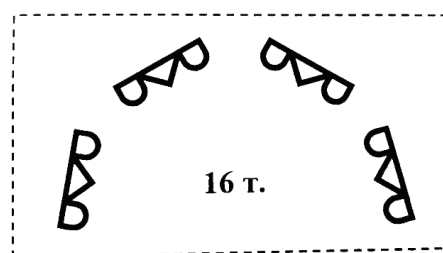
Малюнок 5



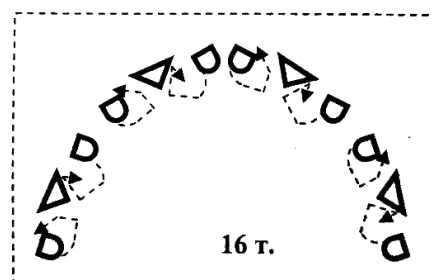
Малюнок 6



Малюнок 7



Малюнок 8





Дівчата в малому присіданні позують хлопцям. Потім хлопець на 4 такти робить закрутку на собі і на 4 такти – розкрутку. Хлопці простим танцювальним кроком на 4 такти роблять з півкола коло. Дівчата залишаються в півколі, але в потилицю одна за одною.

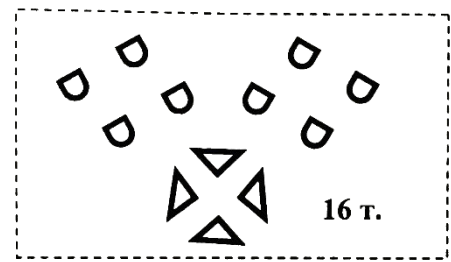
Хлопці роблять випад на 4 такти, перша дівчина підходить до хлопця, виконує на місці тинок з винесенням ноги на каблук теж на 4 такти. Далі йде підтримка. Хлопець піднімає дівчину і переставляє з правого боку ліворуч, і потім навпаки (4 такти). Другі дівчата виконують те ж саме, а перші відходять назад у півколо, на їх місце.

Другі дівчата залишаються в колі з хлопцями і по колу виконують боковий крок з притопуванням. Перші дівчата в півколі роблять просту доріжку (16 тактів).

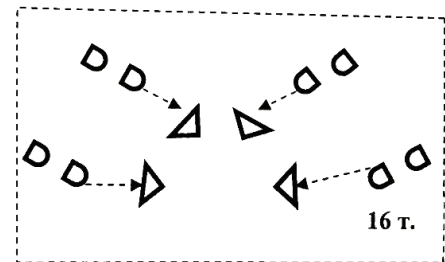
З кола хлопці розкриваються у дві лінії, а дівчата позаду у півколо. Хлопці на 8 тактів виконують бокову присядку з підйманням ноги убік, і на 8 тактів повертаються навколо себе.

Дівчата з півкола основною ходою роблять струмочок між хлопцями. Хлопці на місці роблять випаді вправо, вліво і навколо себе (16 тактів).

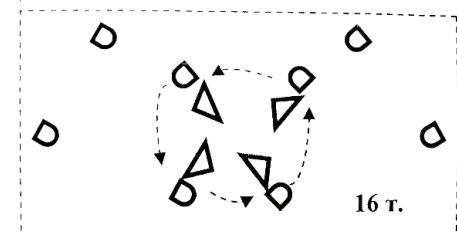
Малюнок 9



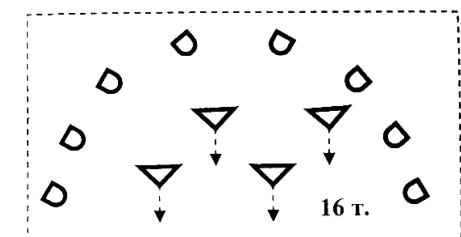
Малюнок 10



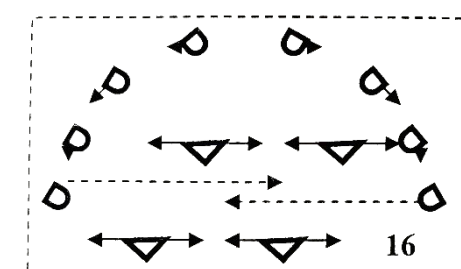
Малюнок 11



Малюнок 12



Малюнок 13



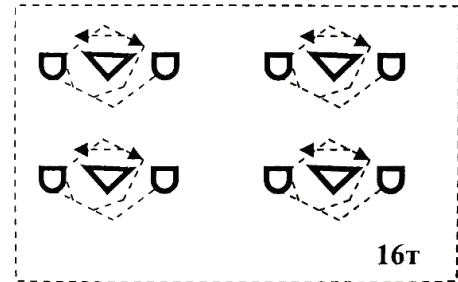
## Український народний танець

Із струмочка дівчата підходять до хлопців. Хлопці подають їм руки і роблять закрутку до себе (4 такти), та від себе (4 такти). На 8 тактів дівчата кроком обходять хлопців. Хлопці роблять релеве з поворотом тулуба праворуч і ліворуч.

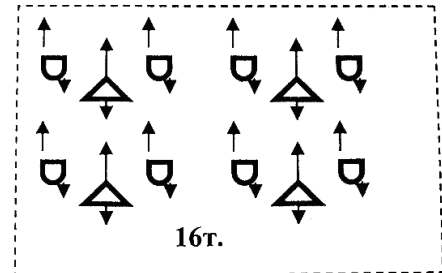
Потім хлопці роблять на місці малий тинок з поворотом і випад до дівчат, намагаються, нібито, їх обхопити, дівчата піднирюють під руками.

Рух робиться два рази і на останні 4 такти дівчата роблять поворот до хлопців, залишаються в малому присіданні, погляд на хлопців. Хлопці в красивій позі анфас гордо дивляться прямо.

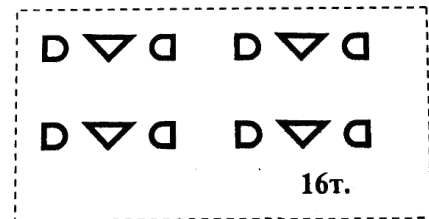
Малюнок 14



Малюнок 15



Малюнок 16



### Нотний супровід до кадрили

**Аллего (Быстро)**



### Подільяночка

*Сучасний подільський дівочий танець*

На Поділлі ще здавна існували заповзяті співаночки з пританцювками, що виконувались здебільшого дівчатами. Особливо великого поширення вони набули в наш час, коли життя по-справжньому стало щасливим і веселим.

У багатьох співаночках часто замальовується образ великої й спритної подільяночки, яка любить поспівати і потанцювати:

*Ой, грай-вигравай*

*Веселі співаночки.*

*Дуже люблять танцювати*

*Наші подільяночки.*

## Український народний танець

Ці слова послужили відправною точкою для створення цього сучасного подільського танцю, музику до якого написав Хмельницький композитор П. Кондрашов.

Музичний розмір танцю –  $\frac{2}{4}$ .

Характер виконання – веселий, бадьорий.

Темп помірно – швидкий.

Виконують танок 12 дівчаток середнього або старшого шкільного віку.

Костюми виконавиць:

Вишивана геометричним орнаментом біла блуза дуже пишна чорна або темно-зелена, бордова чи темно-синя спідниця, поділ якої оздоблено геометричним орнаментом чи кольоровими стрічками. Талію пов'язують червоною тканиною крайкою з орнаментом.

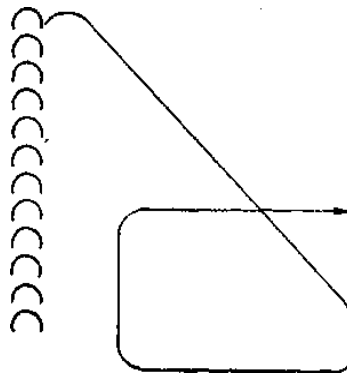


Рис. 1

На голові – білі банти або віночок без стрічок. На ногах – червоні або білі туфельки з перетинкою.

Дівчатка шикуються перед початком танцю за лівими кулісами (рис. 1).

### Опис танцю

**Перша фігура (32 такти).**

*1–15-й такти.* Дівчатка бігунцем (рух №1), починаючи з лівої ноги, просуваються, як показано на рис.1. Руками притримують спідничку.

16-й такт. Виконуючи потрійний притуп (*рух №2*) з правої ноги, танцюристки вишиковуються одна за одною в одну лінію правим плечем до глядачів. Ліву руку кладуть одна одній на плече, праву собі на талію (рис. 2).



Рис. 2

17–24-й такти. Зберігаючи лінію, двічі виконують вибиваночку (*рух №38*). Голова повернута вправо, погляд спрямований на глядачів.

25–30-й такти. Дівчатка, виконуючи бігунець (*рух №1*) і притримуючи руками спідничку, з правої ноги рухаються в різні боки, як показано на (рис. 3)

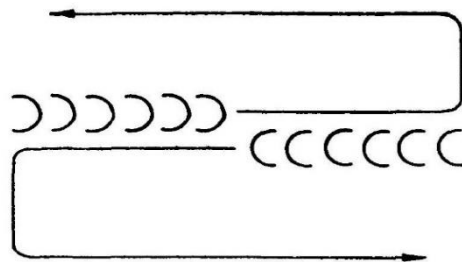


Рис. 3

31–32-й такти. Виконавиці бігунцем (*рух №1*), починаючи з правої ноги, обертаються проти ходу годинникової стрілки, одночасно перешиковуючись у шаховому порядку, як показано на (рис 4.)

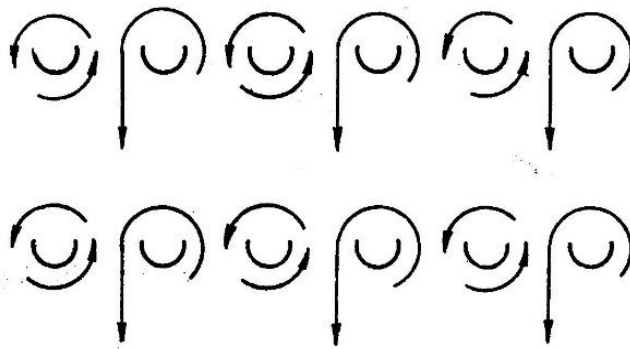
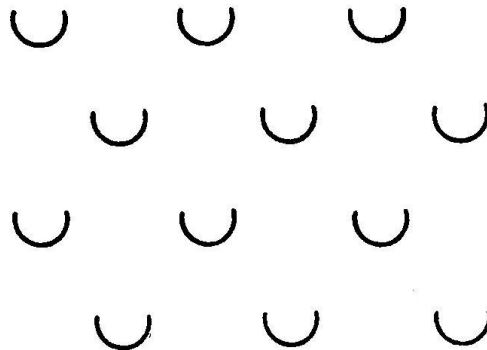


Рис. 4

**Друга фігура (32 такти).**

*1–4-й такти.* Танцюристки, зберігаючи шаховий порядок (див. рис. 5),



**Рис. 5**

з правої ноги виконують вихилясник з притупом (*рух 39*). Руки на талії.

*5–6-й такти.* Дівчатка виконують вірьовочку з переступанням (*рух № 40*), починаю чи з правої ноги.

*7–8-й такти.* Виконують просту вірьовочку (*рух №10*) з правої ноги.

*9–12-й такти.* Танцюристки виконують балянсе (*рух № 41*) з правої ноги, рука ми притримуючи спідничку.

*13-й такт.* Дівчатка, виконуючи тинок (*рух №17*) з правої ноги, рухаються за ходом годинникової стрілки, обертаючись на  $180^\circ$ . Руки через першу позицій розкривають в другу.

*14-й такт.* Танцюристки на місці (спиною до глядачів) виконують тинок (*рух №17*) з лівої ноги. Руки з другої позиції піднімають угору (в третю позицію) і кладуть на талію.

*15-й такт.* Виконавиці повторюють рухи 13-го такту, обертаючись за ходом годинникової стрілки ще на  $180^\circ$ .

*16-й такт.* Дівчатка на місці обличчям до глядачів виконують тинок (*рух №17*) з лівої ноги. Руки з другої позиції піднімають угору і кладуть на талію.

*17–19-й такти.* Перехресний голубець (*рух №44*), починаючи з правої ноги.

*20-й такт.* Потрійний притуп (*рух № 2*) з лівої ноги.

21–24-й такти. Танцюристки повторюють рухи 13–16-го тактів.

Рухи 21–24-го тактів виконуються на місці.

25–32-й такти. Виконавиці, розділившись на дві групи, бігунцем (*рух №1*), починаючи з правої ноги, розходяться, як показано на (*рис. 6*). На кінець 32-готаку з'єднують руки і утворюють півколо.

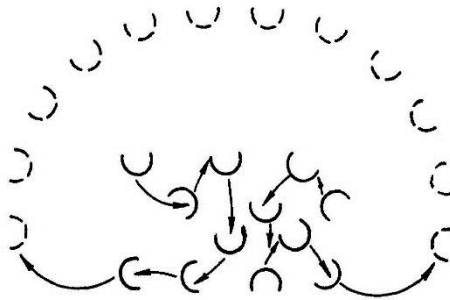


Рис. 6

**Третя фігура (32 такти).**

1–7-й такти. Дівчатка, виконуючи бігунець (*рух №7*) з правої ноги, рухаються у «ворітця», як показано на (*рис. 7*).

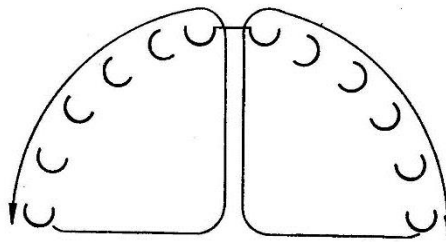


Рис. 7

8-й такт. Повернувшись на свої попередні місця танцюристки виконують потрійний притуп (*рух №2*) з лівої ноги.

9–11-й такти. Дівчатка на місці виконують тинок (*рух №17*), починаючи з правої ноги. З'єднані рук підняті вгору.

12-й такт. Виконують потрійний притуп (*рух №2*) з лівої ноги. З'єднані руки опускають донизу, корпус нахиляють уперед.

13–16-й такти. Танцюристки повторюють рухи 9-12-й тактів, а на 16-му такті роз'єднують руки і кладуть їх собі на талію.

17–20-й такти. Зберігаючи півколо, виконують вибиваночку (*рух № 38*). Руки розкриті в сторони, в другу позицію.

21–23-й такти. Виконуючи вірьовочку (рух №10) дівчатка з правої ноги рухаються, як показано на рис.8, і утворюють дві лінії обличчям до центра. Руки підняті в сторони вгору.

24-й такт. Подвійний притуп (рух №15) з правої ноги. Руки – на талії.

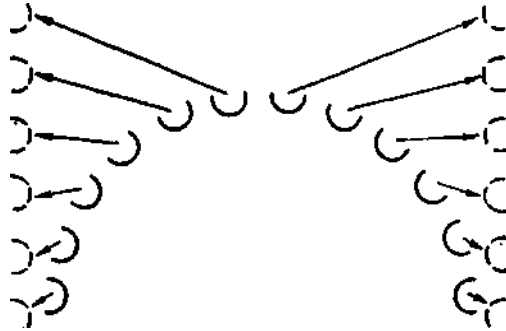


Рис. 8

25–28-й такти. Виконавиці бігунцем (рух №1), починаючи з правої ноги, рухаються до середини сцени. Руки з'єднані і підняті вгору (рис. 9).

29–32-й такти. Танцюристки (крім двох останніх), виконуючи вірьовочку (рух №10), з правої ноги рухаються назад, утворюючи півколо; руки, поступово опускаючи донизу, роз'єднують; одночасно дівчатка-солістки, починаючи з правої ноги, на місці виконують тинок (рух № 17, рис. 10).

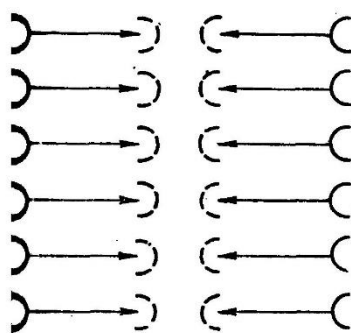


Рис. 9

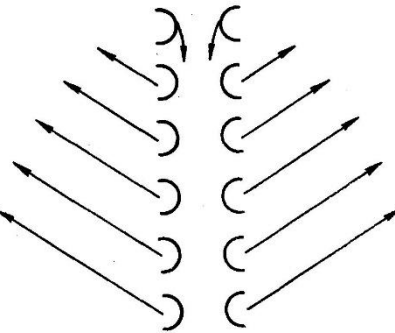


Рис. 10

#### Четверта фігура (32 такти).

1–4-й такти. Дівчатка-солістки, з правої ноги виконуючи бігунець (рух №1), рухаються по півколу, оглядаючи дівчаток (рис. 11). Руки розкриті в сторони. На 4-й такт солістки, виконуючи потрійний приступ (рух № 2) з лівої



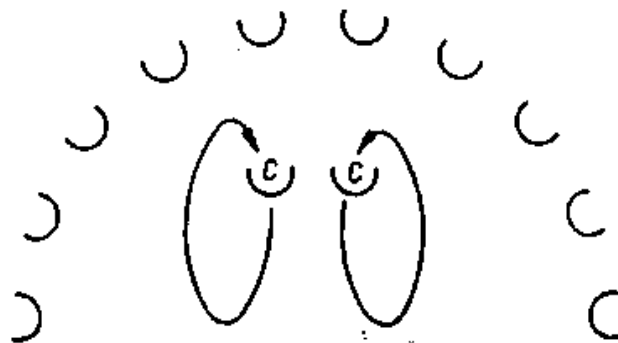
ноги, кладуть руки на талію. Одночасно решта дівчаток, які стоять у півколі, на 1–4-й такти плещуть у долоні на кожну  $\frac{1}{4}$  такту.

*5-й такт.* Усі дівчатка на «раз», тупнувши правою ногою, розкривають праву руку в сторону вгору. Ліві рука на талії. На «два» – пауза.

*6-й такт.* Дівчатка на «раз», тупнувши лівою ногою кладуть праву руку долонею на груди, ніби притримуючи намисто. На «два» – пауза. Ліва рука – в попередньому положенні.

*7–8-й такти.* Усі виконують дрібне акцентовані переступання (рух №42).

*9–12-й такти.* Солістки беруть одна одну під праву руку, лівою притримують спідничку. Бігунцем (рух №1), починаючи з правої ноги, вони в центрі сцени обертаються за ходом годинникової стрілки. На кінець 12-го такту роз'єднують руки і кладуть на талію. Одночасно решта дівчаток, зберігаючи півкола на 9 – 12-й такти плещуть у долоні на кожну  $\frac{1}{4}$  такту.



**Рис. 11**

*13–16-й такти.* Солістки виконують вихилясник з притупом (рух № 39), починаючи з правої ноги. Одночасно решта дівчаток з правої ноги виконують тинок (рух №17). Руки по чергово то піднімають, то опускають: на 1-й такт – піднімають угору, на 2-й – опускають вздовж корпуса (рис.12).

*17–24-й такти.* Солістки виконують тинок (рух №17), починаючи з правої ноги. Одночасно решта Дівчаток, розділившись у півколі навпіл, бігунцем (рух №1) з правої ноги рухаються навколо солісток, як показано на рис.12. Обома руками вони притримують спіднички.

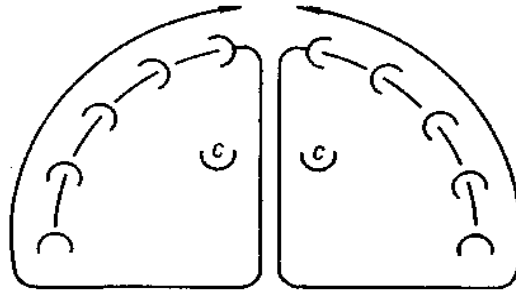


Рис. 12

25–28-й такти. Солістки, повернувшись правим боком одна до одної, виконують бігунець (рух №1), з правої ноги обертаючись за годинниковою стрілкою (рис.13). Одночасно решта дівчаток, зберігаючи півколо, плещуть у долоні на кожну  $\frac{1}{4}$  такту, підбадьорюючи солісток.

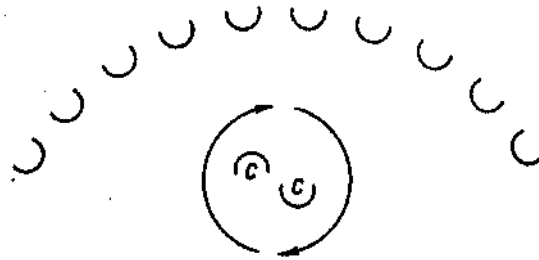


Рис. 13

29–32-й такти. Солістки, повернувшись обличчям до глядачів, виконують в центрі сцени обертас (рух №43). Одночасно решта дівчаток повторюють рухи 17–24-го тактів. На кінець 32-го такту всі дівчатка утворюють пари, з'єднавши руки навхрест, як показано на рис.14.

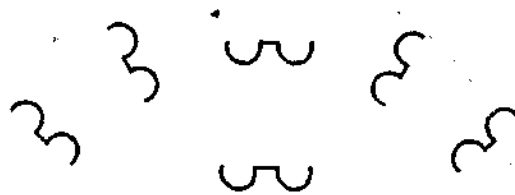


Рис. 14

### П'ята фігура (32 такти).

1–8-й такти. Танцюристки в парах бігунцем (рух №1) з правої ноги, дійшовши до авансцени, розходяться в різні боки: перша, третя та п'ята пари – вліво; друга, четверта та шоста – вправо (рис. 15).

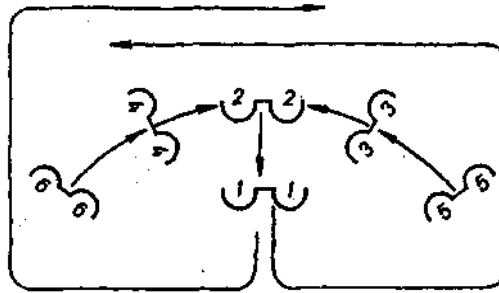


Рис. 15

Ні кінець 8-го такту вони утворюють дві лінії обличчям до глядачів.

9–12-й такти. Виконавиці беруть одна одну під праву руку. Виконуючи бігунець (рух №1) з правої ноги вони обертаються за ходом годинникової стрілки (рис.16). На кінець 12-го такту стають обличчям до глядачів.

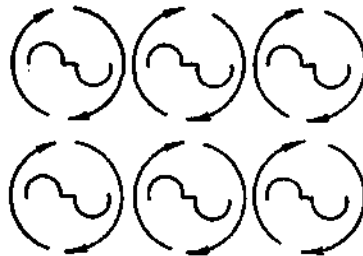


Рис. 16

13–16-й такти. Танцюристки виконують вихилясник з притупом (рух №39) з правої ноги, тримаючи руки на талії.

17–20-й такти. Дівчатка виконують вибиваночку (рух №38). На 17–18-й такти плавно відкривають Праву руку в другу позицію, на 19–20-й такти – закривають на талію.

21–24-й такти. Дівчатка першої лінії танцювальними кроками, починаючи з правої ноги, рухаються назад. Руки підняті в сторони вгору. Одночасно дівчатка другої лінії тим же рухом проходять вперед попід руками дівчаток першої лінії (рис. 17).

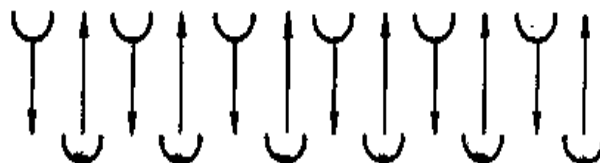


Рис. 17

## Український народний танець

25–28-й такти. Дівчатка першої лінії бігунцем (*рух №1*), починаючи з правої ноги, рухаються вперед на свої попередні місця попід руками дівчаток другої лінії, які одночасно тим же рухом просуваються назад.

29–31-й такти. Танцюристки, зберігаючи лінії, виконують дрібне акцентоване переступання (*рух № 42*).

Праву руку кладуть долонею на груди, ніби притримуючи намисто, ліву відкривають назад.

32-й такт. Дівчатка виконують подвійний притул (*рух №15*) з правої ноги. Руки підняті в сторони вгору (*рис.18*).



Рис. 18

Музика П. Кондрашова

The image shows a musical score for piano, consisting of three systems of staves. Each system has a treble clef on the top staff and a bass clef on the bottom staff. The music is in a 2/4 time signature and a key signature of one flat (B-flat). The first system contains four measures, the second system contains four measures, and the third system contains four measures. The notation includes various rhythmic values, accidentals, and fingering numbers (6, 7, 5, 7, 6, 7) written above the notes. There are also some markings like 'M' and 'b' above notes in the bass staff.



### Опис рухів

#### *Рух №1. Бігунець.*

Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і» – злегка присівши на лівій нозі і піднімаючи невисоко вперед вільну в коліні праву, зробити широкий стрімкий крок правою ногою вперед, ніби пролітаючи в довжину.

На «раз» – опуститись на всю ступню правої ноги, коліно трохи зігнути, носок витягнути вперед у напрямку руху. Ліву ногу, вільну в коліні, відокремити од підлоги.

На «і» – невеликий стрімкий крок лівою ногою вперед на низьких півпальцях.

На «два» – невеликий стрімкий крок правою ногою вперед на низьких півпальцях.

На «і» – широкий стрімкий крок лівою ногою, як на затакт «і» .

Так само рух виконується з іншої ноги.

У Поділлі бігунець виконують злегка пружинячи: на затакт «і» – ледве

помітно підскакують угору, на «раз-і-два» – пробігають уперед, трохи присідаючи.

***Рух № 2. Потрійний притул.***

Вихідне положення – перша, шоста або третя позиція ніг.

На «раз» – тупнути правою ногою, ліву відокремити од підлоги.

На «і» – тупнути лівою ногою, праву відокремити од підлоги.

На «два» – тупнути правою ногою.

На «і» – пауза.

Так само рух виконується з лівої ноги.

***Рух № 3. Галоп.***

Вихідне положення – танцюристи стають один навпроти одного, беруться за руки, ступні за шостою позицією ставлять впритул. Корпуси сильно відхиляють один від одного.

На затакт «і» – злегка присісти на обох ногах. На «раз» – зробити невеликий ковзний крок лівою ногою вліво на всю ступню.

На «і» – зробити ледве помітний стрибок на лівій нозі, праву ногу підтягнути до лівої за шостою позицією.

На «два-і» – повторити рухи, що виконувались на «раз-і» .

Цим рухом танцюристи кружляють парами на місці.

***Рух № 4. Оберти на переступанні.***

Вихідне положення – перша позиція ніг. За кожне переступання на місці, майже зовсім не відриваючи ступні од підлоги, виконавиця робить поворот вправо на 180° (крок на кожну 1/8 такту), швидко обертаючись навколо своєї осі.

***Рух № 5. Оберти з переступанням.***

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки або на талії, або відкриті за другою позицією. Голова повернута вправо.

На затакт «і» – злегка присісти на лівій нозі, праву підняти над підлогою і відвести вправо.

На «раз» – підстрибнувши на лівій нозі, підбити праву ногу, вдаривши каблуками, і одразу ж опуститися на ліву ногу, праву залишити в повітрі.

На «і» – зробити, просуваючись управо, крок правою ногою.

На «два» – приставити ліву ногу до правої за першою позицією.

На «і» – рух, що виконувався на затакт.

Рух повторюється з правої ноги.

***Рух № 6. Звичайна присядка.***

Вихідне положення – перша позиція ніг.

На «раз» – зі стрибка зробити повне присідання на обох ногах.

На «два» – трохи підвестися і, виконуючи ледве помітний підскік на лівій нозі, праву ногу вивести вперед в сторону у повітря або поставити каблуком на підлогу.

Рух повторюється, але вперед в сторону виноситься вже ліва нога.

***Рух № 7. Присядка через такт.***

Вихідне положення – перша позиція ніг. Принцип виконання такий самий, як і в попередньому русі, тільки те, що робилось на «раз», виконується на цілий такт, те, що на «два», виконується також на цілий такт.

***Рух № 8. Голубці з потрійним притупом.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу. Вихідне положення – перша позиція ніг, танцюристи стоять парами (дівчинка праворуч від хлопчика, трохи попереду), руки, які до цього були з'єднані навхрест, тримають так: праві з'єднані над головою у дівчинки, ліві з'єднані перед корпусом на рівні талії.

1-й такт. На затакт «і» – злегка присісти на лівій нозі (дівчинка – на правій), праву (дівчинка – ліву) трохи підняти над підлогою і відвести вправо (дівчинка – вліво).

На «раз» – ледь підстрибнувши на лівій нозі, підбити праву ногу, вдаривши каблуками.

На «і» – з ледь помітного стрибка трохи відскочити вправо і злегка присісти на всю ступню лівої ноги. Праву ногу підняти невисоко над підлогою і

відвести вправо.

На «два-і» – повторити рухи, що виконувались на «раз-і». Дівчинка виконує те ж саме, але з лівої ноги і просувається вліво. Руки поступово протягом такту змінюють положення: з'єднані ліві підносяться над головою дівчинки, праві – опускаються.

2-й такт. Виконується рух №2 (потрійний притуп). Хлопчик виконує його з правої ноги, дівчинка – з лівої. Руки продовжують рух доти, доки на кінець 2-го такту не займуть положення навхрест перед собою. Потім цей рух виконується спочатку, але з іншої ноги. Руки знову піднімаються над головою, а потім опускаються у положення навхрест перед собою, але вже вліво.

***Рух № 9. Повзунець.***

Вихідне положення – глибоке присідання за шостою позицією. Руки у другій позиції.

На «раз» – ледь підстрибнувши, але не піднімаючись з глибокого присідання, перескочити на півпальці лівої ноги, праву ногу, витягнуту в коліні й підйомі, вивести вперед.

На «і» – пауза.

На «два» – не підводячись із глибокого присідання, перескочити на півпальці правої ноги, витягнуту в коліні й підйомі ліву ногу вивести вперед.

На «і» – пауза.

***Рух № 10. Вірвовочка.***

Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду.

На затакт «і» – з ледве помітним підскоком прослизнути вперед на низьких півпальцях лівої ноги, коліна вільні. Праву ногу, зігнуту в коліні, підняти попереду лівої і перевести назад, за ліву ногу, коліно спрямоване вбік і трохи вперед, підйом витягнутий, але не напружений.

На «раз» – опустити праву ногу на низькі півпальці позаду лівої у п'яту (третю) позицію, коліно вільне.

На «і» – повторити рух, описаний на затакт «і», з іншої ноги.



На «два» – повторити рух, описаний на «раз» , тільки опустити ліву ногу.

На «і» – виконати рух, описаний на затакт «і» .

***Рух № 11. Підскоки***

Вихідне положення – шоста позиція ніг.

На «раз» – крок правою ногою на всю ступню, ліву ногу зігнути в коліні, піднявши носок угору.

На «і» – підскочити на правій нозі, ледь помітно просуваючись уперед.

На «два» – повторити рух, що виконувався на рахунок «раз» , з лівої ноги.

На «і» – підскочити на лівій нозі, ледь помітно просуваючись уперед.

***Рух № 12. Розніжка на каблуки***

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки на талії.

На «раз» – після невеличкого стрибка опуститись у глибоке присідання на низькі півпальці, коліна розвести в сторони, руки з витягнутими ліктями й кистями, стиснутими в кулаки, опустити перед собою, злегка нахиливши корпус уперед.

На «два» – піднятися з присідання і проковзнути по підлозі ступнями обох ніг в сторони, поставивши їх на каблуки. Ноги широко розвести, носки підняти вгору. Руки з сильно витягнутими ліктями й кистями, стиснутими в кулаки, різко розвести в сторони, злегка назад, трохи вище рівня другої позиції. Корпус сильно нахилити вперед. Дивитися прямо перед собою.

***Рух № 13. Вітальна комбінація.***

Виконується на 8 тактів музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки опущені вздовж корпуса.

1-й такт. На «раз» – тупнути правою ногою, присівши майже демі пліє. Одночасно нахилити корпус паралельно до підлоги. Праву руку зігнути в лікті, опустити до рівня талії, ліву відвести злегка назад угору.

На «два» – пауза.

2-й такт. На «раз» – випрямитися, тупнувши знову правою ногою. Руки розкрити в сторони вгору. Дивитися прямо перед собою.

На «два» – пауза.

3–4-й такти. Повторити рухи 1–2-го тактів.

5-й такт. Зберігаючи положення 1-го такту, виконати такі рухи:

На «раз» – зробити з акцентом невеликий крок лівою ногою вліво, праву відокремити од підлоги.

На «і» – приставити праву ногу з акцентом до лівої в першу позицію.

На «два-і» – повторити рухи, описані на «раз-і» .

Виконуючи цей рух, танцюрист за такт робить поворот ліворуч на 120°.

6–7-й такти. Повторити рухи, описані в 5-му такті, повернувшись ще на 240° вліво і завершуючи поворот на 360° проти ходу годинникової стрілки.

8-й такт. Виконати подвійний притуп (рух №15) з лівої ноги, випрямити корпус і закрити руки на талії.

***Рух № 14. Кривий крок.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг.

На затакт «і» – легкий стрибок вперед на низьких півпальцях лівої ноги. Праву ногу з витягнутим коліном і підйомом винести трохи вперед.

На «раз» – поставити праву ногу всією ступнею на підлогу і зразу ж відокремити каблук од підлоги.

На «і» – пауза.

На «два» – ліву ногу приставити до правої в шосту позицію.

На «і» – повторити рухи, що виконувались на затакт «і» .

Рух виконувати з просуванням уперед. Якщо рух виконується на місці, то коліно правої ноги треба зігнути під кутом 90°.

***Рух № 15. Подвійний притуп.***

Вихідне положення – шоста або перша позиція ніг. На «раз» – тупнути правою ногою, ліву відокремити од підлоги.

На «два» – тупнути лівою ногою.

Так само рух виконується з лівої ноги.

***Рух № 16. Чосонка.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг. Коліна випростані і під час руху не згинаються.

На затакт «і» – праву ногу з не витягнутим, але напруженим підйомом, трохи піднявши над підлогою, злегка винести вперед.

На «раз» – праву ногу поставити на низькі пів-пальці на попереднє місце, одночасно ліву ногу винести вперед.

На «і» – виконати рух, описаний на затакт «і», тільки вперед винести ліву ногу.

На «два» – повторити рухи, що виконувалися на «раз». Крок робити на місці або з легким просуванням уперед, корпус злегка нахилити, дивитися на глядачів, витягнувши шию і підборіддя.

***Рух № 17. Тинок (на де баск).***

Вихідне положення – п'ята або третя позиція ніг, права нога попереду.

На затакт «і» – праву ногу відокремити од підлоги і винести праворуч приблизно на чверть кола, ліву ногу злегка зігнути в коліні.

На «раз» – перескочити на праву ногу, ліву випрямити і відокремити од підлоги, перевівши її до кісточки правої ноги вперед.

На «і» – ліву ногу опустити на всю ступню попереду правої, а праву відокремити од підлоги. Обидві ноги трохи зігнуті в колінах, вага корпусу на лівій нозі.

На «два» – праву, напівзігнуту в коліні ногу з акцентом поста пити на півпальці позаду лівої ноги, ніби підбиваючи її.

На «І» – повторити з лівої ноги рухи, виконані на затакт «і».

***Рух № 18. Розніжка в повітрі.***

Виконується на 4 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – третя позиція ніг, ліва нога попереду. Руки на талії.

1-й такт. На «раз» – широкий крок лівою ногою вперед, руки розкрити в другу позицію. Вагу корпусу перенести ліву ну ногу. Праву ногу, не

відриваючи од підлоги, перевести на носок.

На «два» – праву ногу з витягнутим підйомом притиснути позаду щиколотки лівої ноги (сюр ле ку де п'є). Руки тримати у другій позиції.

2-й такт. На «раз» – широкий крок правою ногою назад, ліву, не відокремлюючи од підлоги, перевести на носок. Вага корпуса на правій нозі, ліву витягнути в підйомі й коліні.

На «два» – проковзнути на місці на правій нозі, ліву з витягнутим коліном й підйомом невисоко підняти над підлогою. Руки протягом цього такту поступово закрити на талію.

3-й такт. На «раз» – стрімкий біговий крок уперед лівою ногою.

На «два» – стрімкий біговий крок уперед правою ногою.

4-й такт. На «раз» – приставити праву ногу до лівої в першу позицію і одночасно пружно присісти на обох ногах, руки опустити донизу.

На «і» – якомога вище підстрибнути вгору, рвучко розвести в сторони руки і ноги, витягнуті в колінах і підйомі. Руками дістати до витягнутих носків, корпус сильно зігнути в талії і податися вперед.

На «два» – зафіксувати положення у найвищій точці зльоту.

На «і» – опуститись у пружне присідання за третьою позицією, ліва нога попереду.

***Рух № 19. Комбінація колупалочки в повороті з притулом, вірвовочкою та обертасом.***

Виконується на 14 тактів музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки на талії.

1-й такт. На «раз» – злегка підстрибнути на обох ногах і опуститися на всю ступню лівої ноги, коліно якої трохи зігнуте. Одночасно праву ногу, витягнуту в коліні і підйомі, перевести на носок. Корпус трохи повернути лівим плечем уперед, голову – праворуч.

На «і» – пауза.

На «два» – другий підскік на лівій нозі, коліно зігнуте. Одночасно,

виконуючи поворот вправо на 180°, перевести праву ногу з витягнутим коліном на каблук, сильно скоротивши її у підйомі.

На «і» – пауза.

2-й такт. Продовжуючи виконувати рух 1-го такту, повернутися вправо на 180° обличчям до глядачів.

3-й такт. Повністю повторити рухи 1-го такту.

4-й такт. Завершуючи поворот до глядачів ще на 180°, виконати з правої ноги потрійний притуп (рух № 2).

5–8-й такти. Повторити рухи 1 – 4-го тактів з лівої ноги. Руки в кінці 8-го такту перевести в підготовче положення.

9-й такт. Починаючи з правої ноги, виконати вірьовочку (рух № 10). Руки поступово перевести з підготовчого положення спочатку в першу, потім у третю і наприкінці в другу позицію.

10-й такт. Потрійний притуп (рух № 2).

11–12-й такти. Двічі виконати обертас (рух № 44).

13–14-й такти. Повністю повторити рухи 9 – 12-го тактів.

***Рух № 20. Гуцульський повзунець з упором на руку.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг. Руки опущені вздовж корпуса.

З невеличкого стрибка опуститись на підлогу, зігнувши ноги в колінах. Спертися на праву руку, перенісши на неї основну вагу корпуса і міцно тримаючи спину. Ліву руку розкрити догори, погляд звернути у бік глядачів, майже повністю повернувши до них корпус правим боком. У такому положенні, по черзі на кожну вісімку, невисоко піднімаючи коліна, дрібно – дрібно перебирати по підлозі напруженими півпальцями обох ніг.

***Рух № 21. Качалка на присядці.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг.

На затакт «і» – опуститись у глибоке присідання на півпальці обох ніг. Праву ногу вивести вправо, корпус трохи нахилити вліво. Притримуючись лівою рукою за підлогу, праву руку розкрити в сторону.

На «раз» – різко змінити положення ніг і рук, перескочивши на праву ногу та праву руку.

На «і» – пауза.

На «два» – повторити рухи, що виконувались на «раз» , але перескочити на ліву руку і ліву ногу.

На «і» – пауза.

***Рух № 22. Голубці з притупом.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу. Вихідне положення – перша позиція ніг. Права рука закрита на талії, ліва відкрита в сторону вгору. 1-й такт. На затакт «і» – вивести праву ногу вправо.

На «раз» – ковзним стрибком на лівій нозі вправо, ніби наздоганяючи праву ногу, зробити удар в повітрі каблуками обох ніг.

На «і» – після удару праву ногу знову вивести вправо, як на затакт «і», ліву опустити на підлогу на високі півпальці.

На «два-і» – повторити рухи, описані на рахунок «раз-і» .

2-й такт. Виконати з правої ноги потрійний притуп (рух № 2) і закрити ліву руку на талію, а праву відкрити в сторону вгору. Далі рух виконується так само, але вже з іншої ноги.

***Рух № 23. Стрибок зі сплескуванням по гомілці.***

Вихідне положення – перша позиція ніг. Стояти правим боком до глядачів, голова повернута в бік глядачів, ліва рука відкрита в сторону вгору, права – на талії.

На «раз» – злегка присівши, сильно відштовхнутись обома ногами од підлоги.

На «і» – рвучко розкрити ліву ногу з витягнутим коліном і підйомом вперед у напрямку руху, прогнути спину назад вправо, тримаючи ліву руку в сторону вгору. Праву ногу, сильно зігнуту в коліні, відвести назад.

На «два» – зафіксувати найвищу точку в повітрі, плеснути правою рукою по гомілці правої ноги.

На «і» – повернутись в вихідне положення.

Примітка. Виконуючи цей рух, танцюристи повинні пройти від першої лівої куліси до першої правої, намагаючись розвернути корпус якомога більше у бік глядачів.

***Рух № 24. Стрибунець комбінований.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки опущені вздовж корпуса.

1-й такт.

На «раз» – злегка присівши, рвучко відштовхнутися обома ногами в повітря.

На «і» – пауза.

На «два» – якомога сильніше підігнути в повітрі ноги з широко розведеними колінами, намагаючись звести підшви докупи, одночасно плеснути по гомілках ніг: лівою рукою – по лівій нозі, правою – по правій.

На «і» – опуститись на підлогу, повернувшись у вихідне положення.

2-й такт. На «раз» – повторити рухи 1-го такту.

На «і» – пауза.

На «два» – ноги зігнути в колінах, відхилитися назад вправо. Корпус, сильно перегнувши в талії, теж відхилити назад вправо і, зафіксувавши найвищу точку, плеснути лівою рукою по лівій гомілці, правою рукою – по правій.

Під час сплескування голову повернути праворуч.

***Рух № 25. Підскоки з вихилясником.***

Виконується на 4 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – шоста позиція ніг. Руки на талії.

1–2-й такти. Виконати підскоки (рух № 11) з правої ноги.

3–4-й такти. Виконати вихилясник з притупом (рух №39). Далі рух виконується з лівої ноги.

***Рух № 26. Комбінація тинків з вихилясниками.***

Виконується на 8 тактів музичного супроводу.

Вихідне положення – п'ята позиція ніг, права нога попереду. Руки на талії.

1-й такт. Виконати тинок (рух №17) з правої ноги, руки через першу позицію і підготовче положення плавно розкрити в другу позицію.

2-й такт. Знову виконати тинок (рух №17), але руки через другу, третю і першу позиції закрити на талію.

3–4-й такти. Повторити рухи 1–2-го тактів.

5–6-й такти. Виконати колупалочку з притупом (рух № 36) з правої ноги.

7–8-й такти. Повторити рухи 5–6-го тактів.

Примітка. Під час виконання рухів 5–6-го тактів руки тримати на талії.

2-й такт. На «раз» – те, що і на «раз» 1-го такту, але ліву руку відкрити в сторону вгору.

На «два» – повторити з лівої ноги рухи, описані на «два» 1-го такту. Правою рукою плеснути по гомілці лівої ноги.

3-й такт. Повторити рух 1-го такту.

4-й такт. Закривши руки на талію, виконати з правої ноги потрійний притуп (рух № 2).

***Рух № 31. Мітелочка.***

Вихідне положення – глибоке присідання за шостою позицією. Руки розкриті в сторони.

На «раз» – не підводячись із глибокого присідання, виконати правою ногою крок уперед на півпальці. Вагу тіла перенести на праву ногу.

На «і» – ковзнувши по підлозі внутрішнім боком ступні лівої ноги, описати півколо, починаючи рух трохи ззаду і прослизаючи збоку вперед. Коліно зігнуте і повернуте вперед.

На «два» – не підводячись із глибокого присідання, переступити на півпальці лівої ноги, поставивши її перед правою, ніби виконуючи крок уперед. Вагу тіла перенести на ліву ногу.



На «і» – повторити рухи другої вісімки такту, але вже з лівої ноги.

***Рух № 32. Повзунець на руку.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг. Глибоко присісти на півпальцях, опертися лівою (або правою) рукою на підлогу, перенісши на неї вагу корпусу. Праву (або ліву) руку із розкритою кистю піднести вгору.

У такому положенні танцюрист виконує повзунець (рух № 9), на кожну чверть долонею опорної руки злегка відштовхуючись од підлоги.

***Рух № 33. Підсічка.***

Вихідне положення – глибоке присідання, вага корпусу на лівій нозі, права, витягнута в коліні, відведена праворуч. Корпус дуже нахилений вперед. Долоні обох рук упираються в підлогу на ширині плечей. Починаючи рух ковзним рухом каблука правої ноги по підлозі, провести ногу спочатку вперед (намагаючись, щоб коліно було витягнуте), а потім вліво. Щоб мати змогу просувати ногу далі по колу (півколу), треба по черзі відокремити праву, потім ліву руку од підлоги і, продовжуючи переводити ногу, відразу опустити долоні на підлогу.

Далі, ковзаючи по підлозі зовнішнім боком ступні, спрямувати праву ногу з передньої точки назад і на сильну долю такту підбити ліву ногу спереду. У цей момент упертися долонями в підлогу, переносячи вагу тіла на руки. Правою ногою продовжувати рівномірно описувати коло. Після підбивання ліву ногу опустити на підлогу на півпальці, а праву ковзним рухом носка по підлозі поступово перевести у вихідне положення, закінчуючи повне коло.

Рух виконується на лівій нозі. Таким чином танцюрист, не підводячись із присідання, правою ногою описує коло, підбиваючи спереду опорну ногу. В момент підбивання упертися в підлогу долонями обох рук.

***Рух № 34. Па де буре.***

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки на талії або в другій позиції.

На затакт «і» – присісти на лівій нозі і відвести, проковзнувши носком по підлозі, праву ногу вправо, сильно витягнувши її, ледь відокремивши носок од

підлоги. Одночасно корпус відхилити вліво, а голову повернути до правого плеча.

На «раз» – плавно підводячись із присідання, підставити праву ногу до лівої в першу позицію, ніби підбиваючи нею ліву ногу, а ліву ногу відвести вліво. Одночасно плавно випрямити корпус, голову повернути обличчям до глядачів.

На «і» – невеликий крок лівою ногою вліво в другу позицію, остаточно випрямляючи корпус.

На «два-і» – підставити праву ногу до лівої в першу позицію, ніби підбиваючи нею ліву ногу і злегка присівши на ній. Ліву ногу відвести вліво, проковзнувши носком по підлозі і сильно витягнувши її, злегка відділити носок од підлоги. Одночасно корпус відхилити вправо, а голову повернути до лівого плеча.

***Рух № 35. Злетик.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – п'ята позиція ніг, права нога попереду. Руки у підготовчій позиції.

1-й такт. На «раз» – крок правою ногою вперед. Одночасно ліву ногу витягнути позаду в повітрі. Коліна і підйом витягнуті, руки в першій позиції.

На «два» – злегка підстрибнувши, проковзнути на півпальцях правої ноги вперед. Праву руку зі стрічкою підняти вгору, а ліву відвести в сторону долонею донизу.

2-й такт. Виконати з лівої ноги бігунець назад, поступово переводячи руки і ноги у вихідне положення.

***Рух № 36. Колупалочка з притупом.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг.

1-й такт. На затакт «і» – підстрибнути на лівій нозі, одночасно праву ногу, витягнуту в коліні, відвести вправо в повітря.

На «раз» – опуститися на низькі півпальці лівої ноги, одночасно праву ногу поставити вправо на носок.

Праве плече злегка спрямувати вперед, голову повернути вправо.

На «два» – підстрибнути на лівій нозі, одночасно праву ногу поставити вправо на каблук. Ліве плече злегка повернути вперед.

2-й такт. Виконати потрійний притуп (рух № 2) з правої ноги.

Далі цей рух виконується так само, але вже з іншої ноги.

***Рух № 37. Бічна присядка.***

Вихідне положення – перша позиція ніг.

На «раз» – з невеличкого стрибка опуститись у повне присідання на півпальці обох ніг з просуванням управо, коліна розвести в сторони.

На «два» – просуваючись управо, з невеличким підскоком піднятися на злегка зігнуту праву ногу. Одночасно ліву ногу поставити на каблук в сторону (або винести у повітря з витягнутим коліном і підйомом), голову повернути вліво.

Так само рух виконується і з лівої ноги, просуваючись вліво.

***Рух № 38. Вибиваночка.***

Виконується на 4 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – шоста позиція ніг.

1-й такт. На «раз» – злегка присівши, проковзнути на місці на півпальцях лівої ноги. Праву ногу, згинаючи в коліні (підйом скорочений), невисоко підняти над підлогою.

На «і» – випроставши коліно лівої ноги, підвестися і одночасно опустити, вирівнявши в коліні, праву ногу, тупнувши (вибивши) нею.

На «два-і» – повторити рухи, що виконувались на «раз-і» .

2–3-й такти. Повторити рухи 1-го такту.

4-й такт. На «раз-і» – повторити рухи, що виконувались на цей рахунок у 1-му такті.

На «два» – з акцентом опустити на підлогу праву ногу біля лівої в шосту

позицію.

На «і» – пауза.

Так само рух виконується з іншої ноги.

***Рух № 39. Вихилясник з притулом.***

Виконується на 4 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг.

1-й такт. На «раз» – злегка підстрибнувши на обох ногах, опуститися на низькі півпальці злегка зігнутої в коліні лівої ноги. Праву ногу поставити на носок, голову повернути до правого плеча, корпус – злегка вліво.

На «два» – другий підскік на низьких півпальцях лівої ноги, коліно якої злегка зігнуте. Праву ногу поставити вправо на каблук. Корпус ледь повернути лівим плечем уперед.

2-й такт. На «раз» – перестрибнути на низькі півпальці правої ноги, трохи зігнувши її в коліні. Ліву, випрямлену в коліні і підйомі, поставити вліво на носок, голову повернути до лівого плеча, корпус – злегка вліво.

На «два» – такі самі рухи, як і на рахунок «два» 1-го такту, але з лівої ноги.

3-й такт. Перестрибнувши на ліву ногу, повторити рухи 1-го такту.

4-й такт. Виконати потрійний притуп (рух № 2).

***Рух № 40. Вірьовочка з переступанням***

Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду.

На затакт «і» – трохи зігнувши коліна, стати на пальці обох ніг і легко підстрибнути на лівій нозі.

Одночасно трохи підняти зігнуту в коліні праву ногу.

На «раз» – опустити праву ногу на підлогу позаду лівої.

На «і» – переступити на півпальці лівої ноги.

На «два» – переступити на півпальці поставленої назад правої ноги.

На «і» – злегка підстрибнути на правій нозі, піднявши зігнуту в коліні ліву ногу.

Далі рух виконується з іншої ноги.

***Рух № 41. Балянсе.***

Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду. Руки розкриті в сторони в другу позицію.

На «раз» – невеликий крок правою ногою, трохи присівши на ній. Ліву ногу трохи підняти над підлогою, зігнувши її в коліні. Корпус повернути вправо на 70–90°, погляд спрямувати на глядачів.

На «і» – переступаючи на пальці лівої ноги, корпус повернути у вихідне положення, праву ногу відокремити од підлоги.

На «два» – переступити на півпальці правої ноги, ліву трохи відокремити од підлоги.

На «і» – пауза.

Так само рух виконується далі, але вже з лівої ноги.

***Рух № 42. Дрібне акцентоване переступання.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг, коліна зігнуті. Присісти або низько нахилитись уперед.

На «раз» – злегка тупнувши, зробити невеликий крок правою ногою вперед, ставлячи її на низькі півпальці.

На «і» – злегка тупнувши, поставити ліву ногу вперед, ставлячи її на півпальці.

На «два-і» – повторити рухи, що виконувались на «раз-і» .

Так само рух виконується і з лівої ноги.

***Рух № 43. Обертас.***

Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду. Ліва рука на талії, правою, відвівши лікоть праворуч, притиснути на грудях уявне намисто.

На затакт «і» – злегка присісти на обох ногах.

На «раз-і» – невеликий підскік на лівій нозі, праву, зігнувши в коліні, перевести назад праворуч. Одночасно корпус повернути на 180° управо.

На «два» – продовжуючи поворот корпусу ще на 180°, опуститись на праву ногу і поставити її позаду лівої на півпальці в третю позицію, перенісши на неї

вагу корпусу.

Таким чином, виконується повний поворот на 360°.

***Рух № 44. Перехресний голубець.***

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки на талії.

На затакт «і» – ледь присісти на лівій нозі, праву трохи підняти над підлогою і відвести вправо.

На «раз» – поставити праву ногу навхрест перед лівою на півпальці. Праву руку підняти вгору праворуч, голову повернути до лівого плеча.

На «і» – ліву ногу відокремити од підлоги і вивести ліворуч. Положення голови та рук не змінюється.

На «два» – підстрибнути на правій нозі, підбити ліву ногу, вдаривши каблуками. Положення голови та рук не змінюється.

На «і» – опуститися на всю ступню правої ноги, ліву ногу залишити в повітрі (як на затакт «і» – праву). Положення голови та рук не змінюється.

Рух продовжується з лівої ноги.

***Рух № 45. Крутка з кроком на одній нозі.***

Вихідне положення – п'ята позиція ніг, права нога попереду. Руки опущені вздовж корпусу.

На затакт «і» – праву ногу, випрямлену в коліні і підйомі, поставити вперед на носок. Праву руку, зігнуту в лікті, підняти перед собою на рівні грудей, а ліву – відкрити в другу позицію.

На «раз» – невеликий крок правою ногою вправо на півпальці, коліно сильно випрямлене. Праву руку енергійно перевести в другу позицію. Спину тримати прямо, погляд спрямувати за напрямком руху танцю.

На «два» – енергійно змахнувши обома руками зліва направо на рівні грудей, швидко повернутись на високих півпальцях правої ноги, виконуючи поворот на 360° вправо. Зігнуту ліву ногу притиснути позаду до правої у виворотному положенні. (Коліно відведене вліво, ступня на рівні щиколотки правої ноги, підйом сильно витягнутий).

Виконуючи цей рух, можна просуватись по прямій лінії або по колу.

***Рух № 46. Перехресний крок.***

Вихідне положення – друга позиція ніг. Вага корпусу на правій нозі, ліва нога відведена вліво в повітря (носок і коліно витягнуті), права рука в третій позиції, ліва рука в другій.

На «раз» – злегка присідаючи, зробити перехресний крок лівою ногою попереду правої ноги, переносячи на неї вагу корпусу. Руки через другу позицію перевести в підготовче положення.

На «два» – відштовхнутись од підлоги, підстрибнути на лівій нозі, злегка пролетівши вправо, і впасти на зігнуту в коліні праву ногу, ліву ногу відвести вліво в повітря на 45°. Руки через першу позицію перевести у вихідне положення.

Далі рух продовжують виконувати так само вправо і з тієї ж ноги. Якщо рух виконується вліво, то вже з правої ноги.

***Рух № 47. Подільський крок з бігом.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг, стояти на високих півпальцях.

1–2-й такти. Два подільських кроки (рух № 51) з правої і лівої ноги.

3–4-й такти. Виконати чотири бігових кроки з правої ноги, низько нахиливши корпус.

Рух № 48. Поперемінне піднімання зігнутої ноги (типу купе)

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки на талії.

На затакт «і» – трохи підняти над підлогою ліву ногу.

На «раз» – впасти на ліву ногу, праву підняти, зігнувши перед собою і витягнувши носок, корпус відхилити вліво. Коліна розведені в сторони.

На «два» – повторити рухи, що виконувались на «раз» , тільки з іншої ноги. Корпус відхилити вправо.

***Рух № 49. Маятник.***

Вихідне положення – стояти на півпальцях правої ноги. Руки на талії, і ліва нога відкрита вліво в повітря під кутом 45°.

На «раз» – закриваючи ліву ногу спереду в третю позицію, вдарити в підлогу підшвами обох ніг, злегка зігнувши коліна та одночасно злегка нахиливши корпус і голову.

На «два» – відхиливши корпус уліво і злегка проковзнувши у той же бік на високих півпальцях витягнутої в коліні лівої ноги, праву ногу витягнути вправо в повітря під кутом 45°.

Далі рух виконується так само, тільки з іншої ноги і в іншому напрямку.

Примітка. Рух можна виконувати кілька разів з однієї ноги.

***Рух № 50. Півпальці з підніманням ноги в повітря (типу сісон томбе).***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – стояти, повернувшись до глядачів правим плечем під кутом 45° на високих півпальцях лівої ноги. Права нога виведена в сторону вгору на 45°, ліва рука розкрита в третю позицію, права – в другу.

1-й такт. На «раз» – закриваючи праву ногу попереду в третю позицію, вдарити в підлогу підшвами обох ніг, злегка зігнувши коліна. Голову злегка нахилити, руки через другу позицію закрити у підготовче положення. Корпус повернути лівим плечем до глядачів під кутом 45°.

На «два» – випрямивши коліно, проковзнути на місці на високих півпальцях правої ноги. Ліву ногу з витягнутим коліном і підйомом перевести вліво в повітря під кутом 45°, голову повернути праворуч, праву руку перевести через першу позицію в третю, ліву руку через першу позицію перевести в другу.

2-й такт. На «раз» – злегка проковзнувши на місці, опуститися на всю ступню правої ноги, злегка зігнувши її в коліні. Ліву ногу залишити в повітрі, ліву руку – в другій позиції, праву руку перевести спочатку вправо в другу позицію, а потім – у підготовчу.

На «два» – ледь проковзнувши на місці, піднятися на високі півпальці правої ноги, випрямивши її в коліні. Ліву ногу і руку залишити в повітрі в попередньому положенні, праву руку перевести спочатку вліво перед собою, а



потім підняти в третю позицію.

Примітка. Права рука протягом такту описує перед собою повне коло.

3–4-й такти. Повторити рухи 2-го такту.

Далі рух виконується так само, тільки з іншої ноги.

***Рух № 51. Подільський крок***

Вихідне положення – таке саме, як у русі 47.

На «раз» – підводячись із присідання, зробити крок уперед на високі півпальці правої ноги.

На «і» – крок на високі півпальці лівої ноги.

На «два» – ніби падаючи, переступити на низькі півпальці зігнутої в коліні правої ноги (на ній вага корпусу), ліву, зігнуту в коліні, але з витягнутим підйомом, відвести назад.

На «і» – пауза.

***Рух № 52. Голубець.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки опущені вздовж корпусу.

1-й такт. На затакт «і» – піднятися на високі півпальці, праву ногу з витягнутим коліном і підйомом відвести праворуч в повітря на 45°.

На «раз» – злегка підстрибнувши, трохи проковзнути вправо на півпальцях лівої ноги. Одночасно, зігнувши в коліні і дуже витягнувши праву ногу, вдарити її пальцями по п'яті лівої ноги.

На «і» – опуститися, злегка спружинивши, на півпальці лівої ноги, праву ногу знову відвести праворуч у повітря.

На «два-і» – повторити рухи, що виконувались на «раз-і» .

Права рука переводиться протягом 1-го такту перед собою вліво («раз-і»), а потім у третю позицію («два-і»), ліва залишається опущеною вздовж корпусу.

2-й такт. На «раз-і» – рухи, як на «раз-і» 1-го такту. Праву руку перевести праворуч у другу позицію.

На «два» – злегка відштовхнувшись лівою ногою, впасти на ступні обох

ніг у першу позицію, руки перевести в підготовче положення.

На «і» – пауза.

***Рух № 53. Перемінний крок.***

Вихідне положення – перша позиція ніг.

На «раз» – крок правою ногою вперед.

На «і» – крок лівою ногою вперед.

На «два» – крок правою ногою вперед.

На «і» – пауза.

Рух продовжується з лівої ноги.

***Рух № 54. Пор де бра.***

Вихідне положення – друга позиція ніг. Руки в паралельному положенні піднести над головою, повернувши долонями у бік глядачів (цю позицію умовно назвемо третьою паралельною позицією рук).

На 1-й такт – перенісши вагу корпусу на праву ногу, ліву з витягнутим коліном і підйомом перевести на носок. Руки, повернувши кисті вправо, також плавно перевести вправо, згинаючи корпус у талії майже паралельно до підлоги.

У 2-му такті рух виконується так само, але вже в інший бік.

***Рух № 55. Ножички.***

Вихідне положення – стояти на високих півпальцях правої ноги. Ліву, невисоко піднявши, вивести виворітно вперед, витягнувши коліно і підйом.

На «раз» – перестрибнути на високі півпальці лівої ноги, праву виворітно з витягнутим носком і коліном перевести в повітря.

На «два» – те, що й на «раз», тільки перестрибувати на праву ногу.

***Рух № 56. Доріжка (припадання на місці).***

Вихідне положення – третя позиція ніг. Стояти на високих півпальцях.

На «раз» – крок на місці на низькі півпальці правої ноги, трохи присідаючи на ній, ліву ногу перевести назад в ку де п'є, коліно розгорнути вліво.

На «і» – ліву ногу опустити на півпальці позаду правої, перенісши на неї

вагу корпусу, праву ногу перевести у вихідне положення.

***Рух № 57. Присядка-тур.***

Виконується на 4 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг.

1–2-й такти. Виконати рух № 7 (присядка через такт).

3-й такт. На «раз» – злегка присівши, відштовхнутися ступнями обох ніг і зробити оберт на 360° проти ходу годинникової стрілки, сильно витягнувши при цьому підйом і коліна обох ніг. Руки перевести в третю позицію.

На «два» – злегка спружинивши, стати в першу позицію і, завершуючи оберт, руки розкрити в другу позицію.

4-й такт. Пауза, під час якої виконавець стоїть у позі кінця 3-го такту.

***Рух № 58. Дрібні кроки.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг.

На високих півпальцях першої позиції (коліна сильно витягнуті) виконавець часто переступає (один крок на 1/16 такту) невеличкими кроками вправо або вліво, вперед або назад.

***Рух № 59. Стрибок на одній нозі.***

Вихідне положення – стояти на півпальцях правої ноги. Ліва рука паралельно до підлоги відкрита назад, права рука з піднятим ліктем зігнута перед грудьми, долонею повернута до корпусу.

Виконуючи весь час невеличкі стрибки-проковзування на правій нозі, зберігаючи вихідне положення рук, корпусу і ноги, обертатися проти ходу годинникової стрілки (один стрибок-проковзування виконується на 1/4 такту).

***Рух № 60. Тинок з винесенням ноги на каблук.***

Виконується так само, як і рух № 17, тільки ногу, виносячи вперед, треба ставити на каблук.

***Рух № 61. Зіскок із сплескуванням.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг. Руки вздовж корпусу.

На «раз» – не відриваючи ступень од підлоги, з акцентом трохи присівши,

злегка проковзнути вперед.

На «і» – плеснути перед собою в долоні.

На «два» – ще раз плеснути перед собою в долоні.

На «і» – пауза.

***Рух № 62. Збійка з поворотом корпусу.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – шоста позиція ніг, руки опущені вздовж корпусу, кисті затиснуті в кулаки.

1-й такт. На «раз» – злегка проковзнути вперед на півпальцях лівої ноги, повертаючи п'ятку праворуч. Ліву руку підняти й зігнути перед корпусом на рівні грудей (лікоть направити вперед), праву руку відкрити вправо майже паралельно до підлоги. Праве плече ледь повернути вперед.

На «і» – злегка стукнути каблуком правої ноги біля носка лівої, поставивши її поряд.

На «два» – ледь ковзнути на півпальцях лівої ноги, ставлячи ступню у вихідне положення. Руки перевести, як на рахунок «раз», але ліворуч. Вперед повертається ліве плече.

На «і» – злегка стукнувши каблуком правої ноги, поставити її поряд з лівою у шосту позицію.

2-й такт. На «раз» повторити рухи, виконані на «раз» 1-го такту.

На «і» – переступити на всю ступню правої ноги, ліву злегка піднести над підлогою. Руки поступово перевести на талію.

На «два» – тупнути лівою ногою, поставивши її поряд з правою у шосту позицію. Руки закрити на талію.

На «і» – пауза.

***Рух № 63. Удар з підніманням зігнутої ноги.***

Вихідне положення – ліва рука паралельно до підлоги відкрита вліво з затиснутим кулаком і витягнутим ліктем, права також з затиснутим кулаком зігнута перед грудьми. Лікоть піднятий і спрямований уперед. Ноги в першій

позиції.

На «раз» – підшвами обох ніг ударити об підлогу.

На «два» – не відокремлюючи лівої ступні од підлоги, проковзнути на півпальцях, праву ногу з витягнутим підйомом зігнути перед лівою, розгорнувши корпус правим стегном до глядачів. Положення рук змінити: ліву зігнути тепер перед корпусом, праву відвести праворуч паралельно до підлоги; кулаки затиснуті, лікті напружені. Голову повернути вліво.

Далі рух виконується спочатку.

***Рух № 64. Колупалочка із стрибком.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг, руки – вільні.

1-й такт. Виконати 1-й такт руху № 36 (колупалочка).

2-й такт. На «раз» – злегка присісти.

На «два» – відштовхнутись ступнями обох ніг, підстрибнути, згинаючи коліна. Обидві ступні повернути вправо, після чого пружинно приземлитись за першою позицією.

***Рух № 65. Обертання на 360°.***

Виконується на 4 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – п'ята позиція ніг, ліва нога попереду. Коліна зігнуті.

1-й такт. На «раз» – майже не відокремлюючи ступні од підлоги, переступити на місці на правій нозі, сильно зігнувши її в коліні (майже в демі пліє), вагу корпусу перенести на неї. Ліву ногу перевести в ку де п'є.

На «і» – пружно підводячись із присідання, зробити акцентований крок лівою ногою вперед вправо, повертаючись приблизно на 60°.

На «два-і» – повторити рухи, що виконувались на «раз-і», повернувшись ще на 60°.

2–3-й такти. Повторити рухи 1-го такту, повернувшись ще на 240°.

4-й такт. На «раз» – підскочити на правій нозі, ліву, зігнуту в коліні,

піднести невисоко вгору. Вага корпусу на правій нозі.

На «і» – переступити на місці на ліву ногу, праву відокремити од підлоги.

На «два» – з акцентом опустити на підлогу праву ногу позаду лівої в п'яту позицію.

На «і» – пауза.

Таким чином, за чотири такти танцюрист повертається на 360°. Цей рух можна виконувати також на місці без присідання.

Примітка. Коли цей рух виконується парою, юнак виконує його з лівої ноги, просуваючись уперед, дівчина – відступаючи назад за ходом годинникової стрілки, з правої ноги.

***Рух № 66. Подільський урочистий крок.***

Вихідне положення – шоста позиція ніг, стояти на високих півпальцях.

На затакт «і» – опуститись у демі пліс, праву ногу перевести у положення ку де п'є невиворітно.

На «раз» – підводячись із присідання, зробити крок на півпальці лівої ноги.

На «і» – крок уперед на високі півпальці лівої ноги.

На «два» – крок уперед на високі півпальці правої ноги.

На «і» – рухи, що виконувались на затакт «і», повторити з лівої ноги.

Це – повільний урочистий подільський крок. Виконується дуже плавно, пружно. Корпус танцюючого рівний, постава гордовита.

***Рух № 67. Вальс парами (поворот на 360°).***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – поза вальса: юнак правою рукою тримає дівчину за талію, а лівою – відкриту у другу позицію праву руку дівчини, дівчина кладе ліву руку на праве плече юнака.

1-й такт. На «раз» – крок лівою ногою вправо, виконуючи чверть повороту вправо.

На «і» – ковзний крок правою ногою вправо, ставлячи її на півпальці і одночасно повертаючись ще на чверть повороту вправо.

На «два» – ковзнувши носком по підлозі, підтягнути ліву ногу до правої і опуститися на неї, поставивши її у п'яту позицію і злегка зігнувши в коліні. Праву ногу, зігнуту в коліні (стегна майже впритул), вивести назад у повітря на 30–45°.

На «і» – пауза.

2-й такт. На «раз» – крок правою ногою вправо, виконуючи чверть повороту вправо.

На «і» – підтягнути ліву ногу до правої і приставити її позаду в п'яту позицію. Піднімаючись на півпальцях обох ніг, зробити чверть повороту вправо, виводячи ліву ногу у п'яту позицію. Таким чином, необхідно повернутись у вихідне положення.

На «два» – ковзнувши носком по підлозі, підтягнути праву ногу і опуститися на неї, поставивши у п'яту позицію. Ліву ногу, зігнуту в коліні, вивести назад у повітря на 30–45°.

На «і» – пауза.

Далі рух починається спочатку.

Примітка. На першу половину такту юнак виконує першу половину повороту вліво, а дівчина з правої ноги другу половину повороту. На другу половину такту юнак з правої ноги виконує другу половину повороту, дівчина – навпаки. Продовжуючи цей рух, юнак починає знову з першої половини повороту, а дівчина з другої.

***Рух № 68. Віконечко.***

Друге соло. Наступні два хлопця виходять і показують єдиноборства. Бій з топірцями. На «раз-два» – удар зверху, другий робить захист, прикриваючись вгорі сокирою. Потім все навпаки. Далі удар по ногах, другий робить піджятий стрибок, йдучи від удару, інший робить те ж саме. Перший – укол в тіло, другий відхиляється, і так же навпаки. Антураж. Переміщення: троє йдуть вправо, троє вліво і навпаки. Положення танцюючих у парі – стояти, повернувшись правим плечем один до одного. Праві з'єднані руки – майже на

рівні плечей, вільна рука юнака – позаду на талії під свиткою, вільна рука дівчини – опущена вздовж корпуса, корпуси танцюристів злегка нахилені вліво, погляди спрямовані одне на одного. Ноги в третій позиції, права нога попереду.

1-й такт. Не відокремлюючи ніг од підлоги, виконати майже у класичній манері па де баск (тинок) – рух №17 з правої ноги, повернувшись обличчям і злегка наблизившись одне до одного. З'єднані руки перевести у третю позицію, вільні руки зберігають вихідне положення.

2-й такт. Знову виконати тинок, тільки з лівої ноги, повернувши корпус і з'єднані руки у вихідне положення.

3-й такт. Виконуючи па де баск з правої ноги, танцюристи знову підносять з'єднані руки в третю позицію і міняються місцями, проходячи під руками лівим плечем вперед один повз одного. Вільні руки у вихідному положенні, погляди спрямовані одне на одного.

4-й такт. Виконуючи тинок (рух №17) з лівої ноги, виконавці завершують перехід. Дівчина на кінець 4-го такту займає місце юнака, юнак – місце дівчини.

### ***Рух № 69. Тур.***

Виконується на 2 такти музичного супроводу.

Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки в другій позиції.

1-й такт. Напівприсісти і перевести ліву руку в першу позицію, праву – в другу.

2-й такт. Відштовхнувшись обома ногами, виконати в повітрі оберт на 360° вліво.

### **Опришки.**

Опришки – народно-повстанський рух, що існував з XVI по XVIII століття в Галичині, Прикарпатті, Закарпатті та Покутті. Цей рух був спрямований проти кріпацтва і великих землевласників.



Опришками ставали переважно селяни, які бралися за зброю, щоб позбутися від утисків чужинців. Застосовуючи тактику партизанської війни, вони діяли невеликими загонами в Галицькому Прикарпатті на Буковині і в Закарпатті. Перші свідчення про опришків дають джерела XVI-го століття. Опришки формували загони по кілька десятків людей, пов'язані товариською солідарністю і вірністю командиру. З гір, де вони ховалися, опришки робили набіги на маєтки, грабували і спалювали їх разом з документами на землю селян та борговими розписками. Загальний молдавсько-польсько-угорський кордон дозволяв повстанцям маневрувати, не потрапляючи в руки владі. Найбільшого підйому рух досяг у 1738 – 1759 роках разом з гайдамацьким. Відомими опришками були: Олекса Довбуш, Пинтя Хоробрий, Василь Байрак та Іван Бойчук.

Видатний керівник руху карпатських опришків є Довбуш Олекса Васильович. Народився в Івано-Франківській області в селі Печеніжин в 1700 році. Виходець з бідної сім'ї Довбуш приєднався до антифеодальної і національно-визвольної боротьби жителів східних Карпат.

У 1738 року Довбуш уже очолював потужний повстанський загін, що діє не тільки в рідній місцевості Олекси, але і практично на всій території українських Карпат. На початку 1740-х років рух опришків, керованих Довбушем, досяг свого апогею. У 1744 році народний месник був зрадницьки убитий знайомим багатієм Степаном Дзвінкою. Діяльність і трагічна загибель Олекси Довбуша знайшли своє відображення в народних оповіданнях, легендах, в хореографічних постановках.

### **Закарпатський войовничий танець «Опришки».**

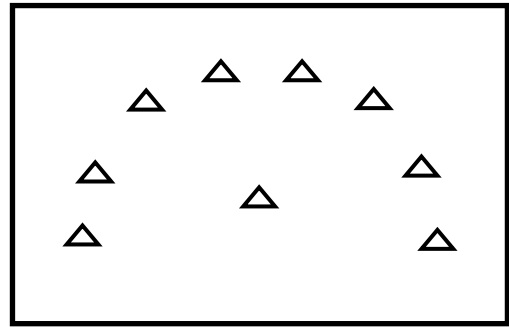
*Музичний розмір: 2/4.*

Перша частина танцю – темп помірний.

Вихід учасників танцю одночасний з обох сторін куліс.

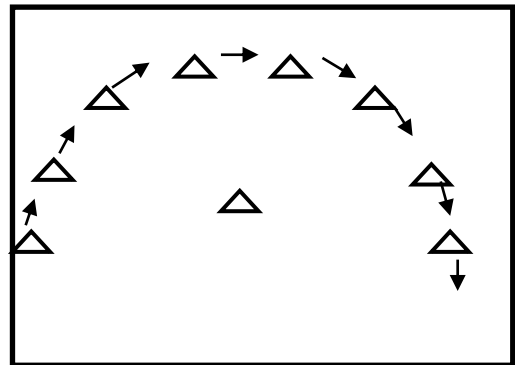
Малюнок 1

Повільний вихід із-за лаштунків. У танці бере участь 11 хлопців. Простим ходом стають в півколо. Ватажок-соліст стає в центр сцени, в руках бойові топірці. Вихід на 8 тактів (16 тактів).



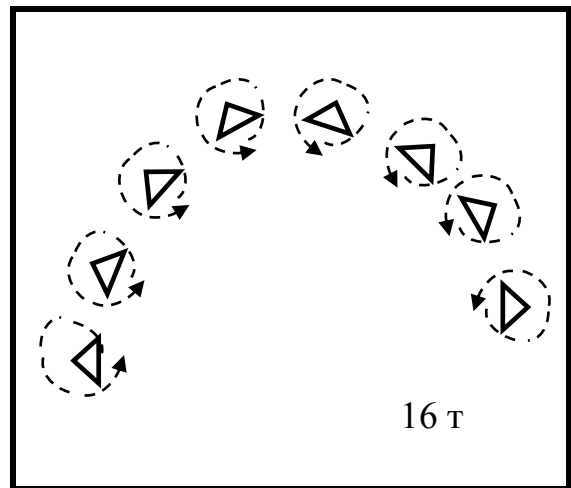
Малюнок 2

Ватажок як би навчає своїх підлеглих вправно володіти топірцем. Всі учасники повторюють рух за солістом. На «раз-і-два» – соліст робить випад сокиркою вправо; на «три-і-чотири» – повторюють хлопці. Рух робиться 2 рази (16 тактів).



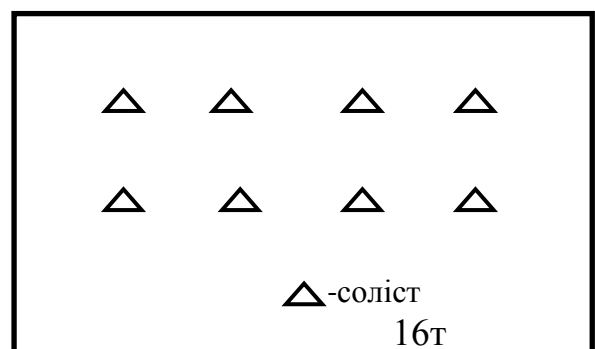
Малюнок 3

На останній такт топірці виносять вперед, тримаючи їх обома руками. Далі – замах сокиркою через праве плече (йде рубка). На «раз-і-два» – сокиру залишають попереду, на «три-і-чотири» – підіймаються на півпальці, голова опускається вниз, і знову різко беремо сокиру обома руками. Рух робиться 4 рази (16 тактів).



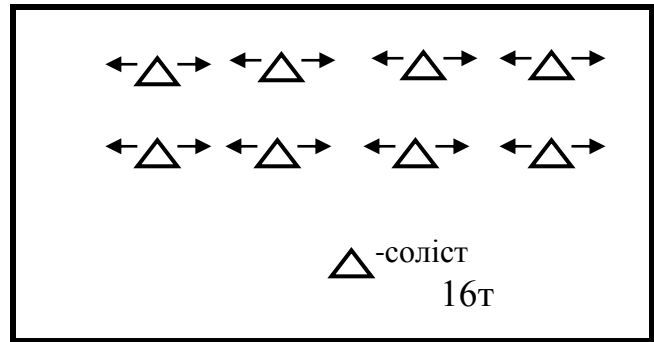
Малюнок 4

Широким стелящим ходом розходяться на дві лінії, соліст стоїть попереду.



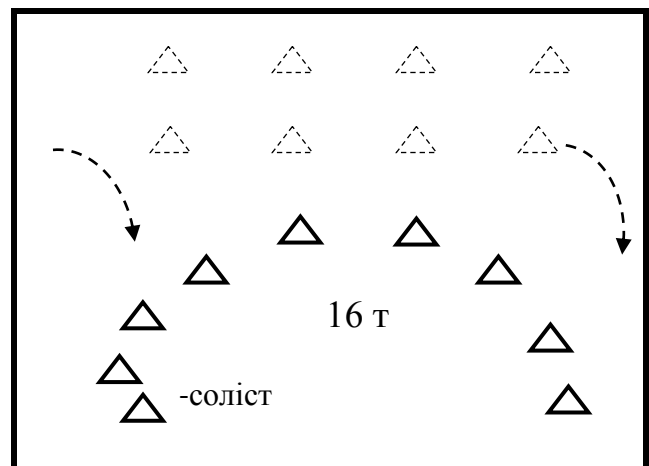
Малюнок 5

На останній такт топірці піднімають вгору, повертаючись боком до глядача. На «раз» топірець різко опускають вниз, ліва нога виходить уперед на п'яту, на «два» топірець різко піднімають вгору (рух робиться на 6 тактів), на «сім-вісім» – топірець беруть обома руками (8 тактів). На 4 такти широким ходом зміщуються вправо, потім на 4 такти тим же ходом повертаються на місці.



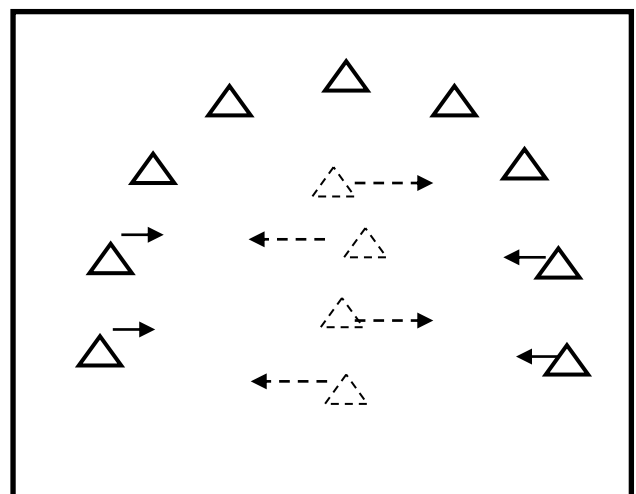
Малюнок 6

З двох ліній учасники розходяться на півколо. Широкий хід: на «раз-два-три», а на 4 такт – стрибок на дві ноги у II позицію (assamble). Рух робиться на 16 тактів. Соліст тим же рухом відходить в першу ліву кулісу, не перекриваючи півколо.



Малюнок 7

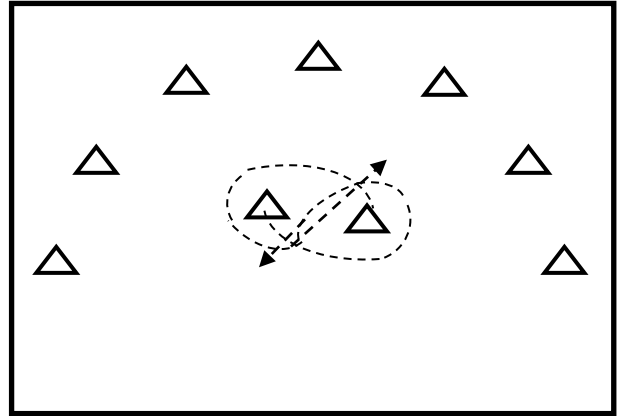
Два крайніх хлопця з однієї й іншої сторін півкола роблять перше соло. На 4 такти біг один до одного (боком), стають в одну лінію. Потім рубають сокирами на 8 тактів і на 4 такти тим же бігом повертаються на місце. Темп музики злегка збільшується. Ззаду 6 чоловік роблять антураж. Топірці



внизу. На «раз» сокиру вправо, на «два» – вліво, на «три» – вправо, на «чотири» – вверх (16 тактів).

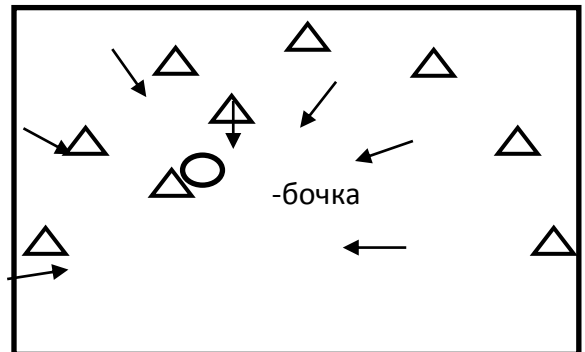
Малюнок 8

Друге соло. Наступні два хлопця виходять і показують єдиноборства. Бій з топірцями. На «раз – два» – удар зверху, другий робить захист, прикриваючись вгорі сокирою. Потім все навпаки. Далі удар по ногах, другий робить піджятий стрибок, йдучи від удару, інший робить те ж саме. Перший – укол в тіло, другий відхиляється, і так же навпаки. Антураж. Переміщення: троє йдуть вправо, троє вліво і навпаки.



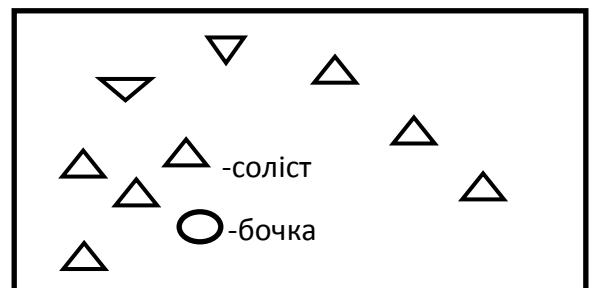
Малюнок 9

Темп музики спадає на помірний. Йдуть вигуки. Хлопці по черзі підбігають і, імітуючи, п'ють вино (16 тактів).



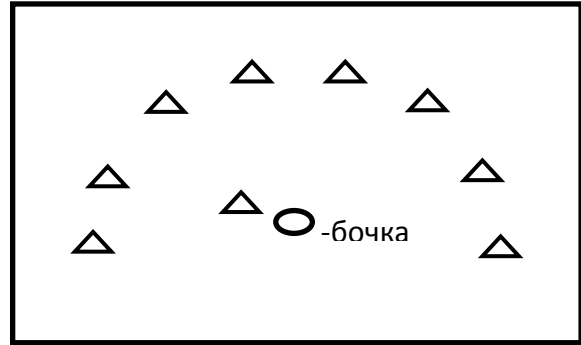
Малюнок 10

З першої правої куліси виходить соліст, бере бочку, високо піднімає над собою, і як би п'є вино. Ставить бочку набік і голосно кричить: «Гуляй, опришки!».



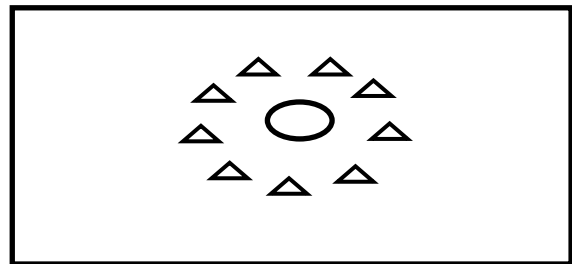
Малюнок 11

Темп музики змінюється на більш прискорено-помірний. Простим ходом хлопці з півкола збираються в коло. Топірці в правій руці (16 тактів).



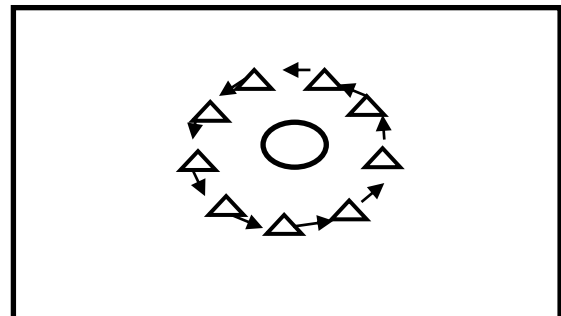
Малюнок 12

Далі танець триває навколо бочки. На «раз» – крок правою ногою, ліва виходить на тербушон. На «два» – крок на ліву ногу, права виходить на тербушон. На «три» так само. Рух повторюється 4 рази (16 тактів).



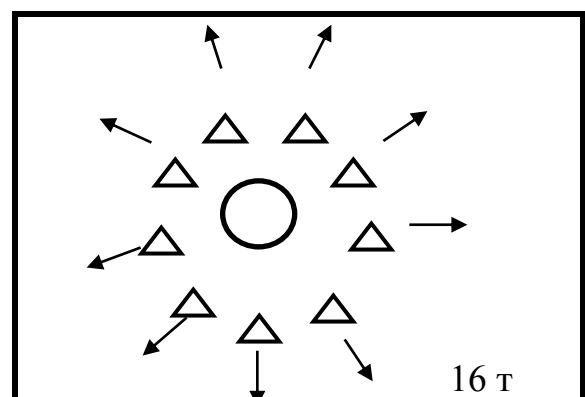
Малюнок 13

На останній такт учасники ставлять топірці на бочку. Далі рухи йдуть по колу. На «раз» – зіскок на дві ноги, на «два – три» – два кроки; на «чотири» – викид лівої ноги назад. Рух робиться 4 рази. Руки у хлопців на плечах (16 тактів).



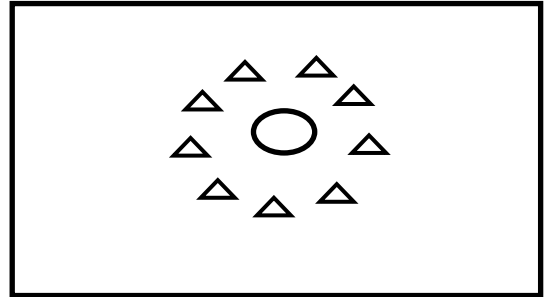
Малюнок 14

Потім змінним ходом учасники розгортаються обличчям із кола, відходять від бочки (12 тактів). На останні 4 такти роблять дві присядки по VI позицій (16 тактів).



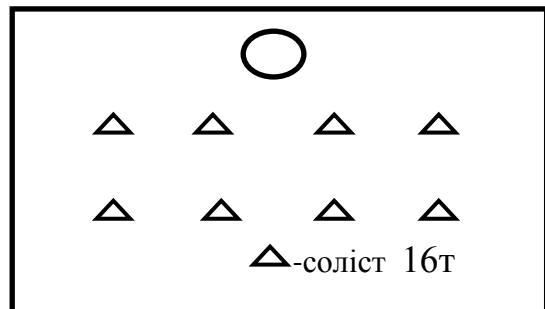
Малюнок 15

Всі учасники танцю рухаються змінним ходом по колу. Руки закладені за спиною. Цим рухом підходять до бочки і на останні два такти беруть топірці (16 тактів).



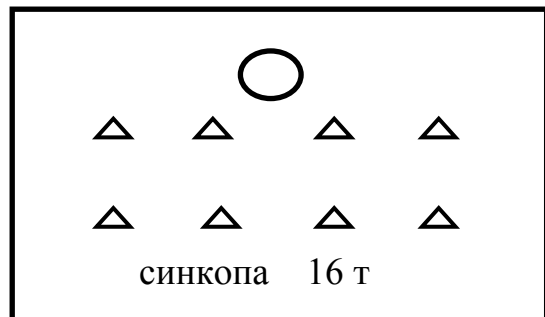
Малюнок 16

Потім бігом захлестом назад шикуються в дві лінії, ватажок виходить вперед, бочка залишається позаду (16 тактів).



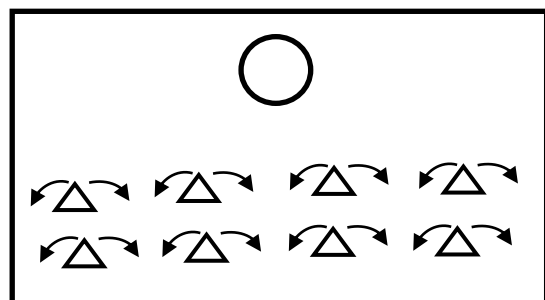
Малюнок 17

Всі хлопці беруть топірці обома руками. Робиться синкопний рух. Збивання обома ногами. Зіскок на дві ноги, два рази удар п'ятами – пауза, продовжують робити рух (16 тактів).

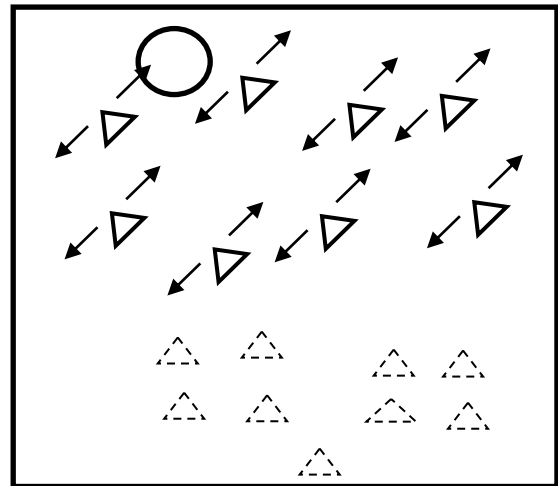


Малюнок 18

Стрибаючи високими стрибками, учасники роблять рухи, перестрибуючи в праву, потім в ліву сторону (16 тактів).



На «раз – два» – випад сокиркою вперед; на «три – чотири» – поворот, топірець береться обома руками. Потім на «раз – два» випад від глядача, на «три – чотири» – топірці беруть обома руками. На останні два такти топірець притискають до грудей і потім різко піднімають вгору (32 такту).



### Івана Купала.

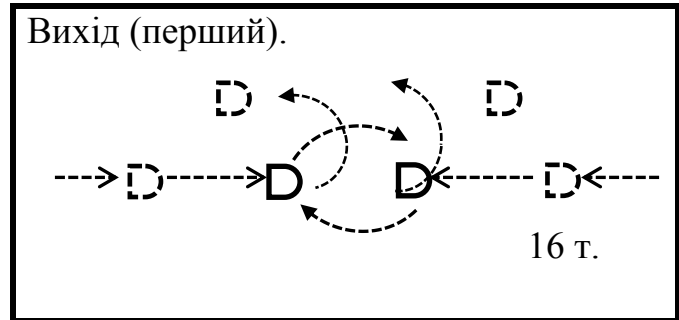
Івана Купала – одне з головних свят у календарі слов'янських народів, що збігається з Різдом Івана Хрестителя. Купальські обряди, що здійснюються на передодні свята, складають сюжетний обрядовий комплекс, що включає: збір трав і квітів, плетіння вінків, прикрашання зеленню будівель, розпалювання вогнищ, спалювання опудала, перестрибування через багаття або букети зелені, обливання водою, ворожіння, висліджування відьми, нічні безчинства. З давніх часів це свято у слов'ян вважається, як свято Сонця, зрілості літа і зеленої косовиці. Водили хороводи, співали пісні. Люди похилого віку за допомогою тертя сухих гілок добували «живий вогонь», розводили багаття, в середину яких ставили з укріпленням на ньому палаючим колесом – символ Сонця. Купальські свята відбувалися за часів язичництва на честь Бога Сонця, дружиною якого була світлоносна Заряда, красна дівиця. Свято святкується в ніч на 7-е липня за новим стилем.

«На Івана на Купала».

Стилізований танець (виконують 12 дівчат).

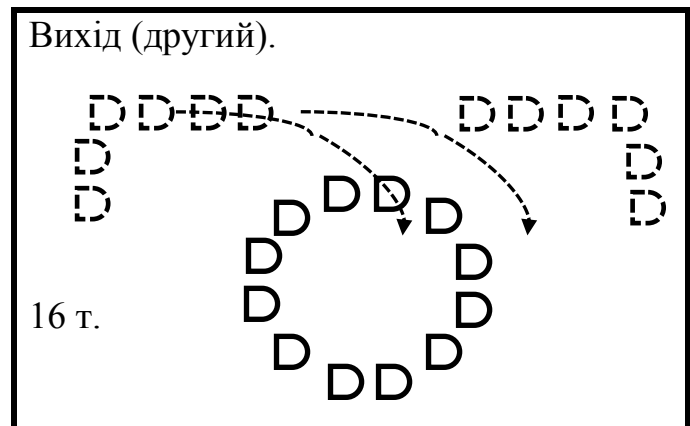
Малюнок 1

Дві солістки виходять двома grand podecha, потім беруться правими руками одна за одну, обертаються по колу і йдуть за куліси.



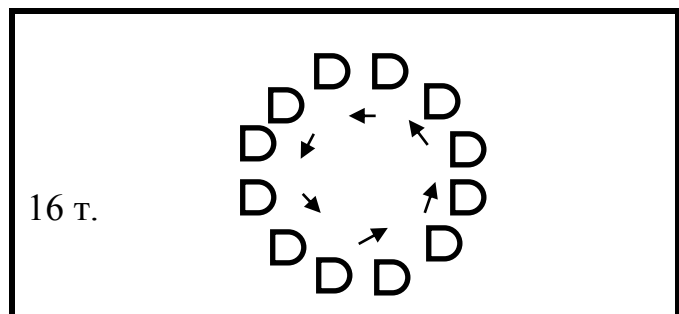
Малюнок 2

Із-за куліс, низько опустивши корпус, припаданням дівчата виходять з різних сторін, поступово піднімаючи корпус вгору.



Малюнок 3

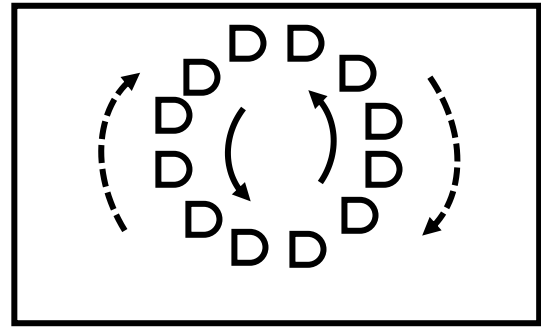
Тримаючись за руки, дівчата рухаються по колу. Роблять 2 підскоки і 4 рази біг (рух робиться на 16 тактів).





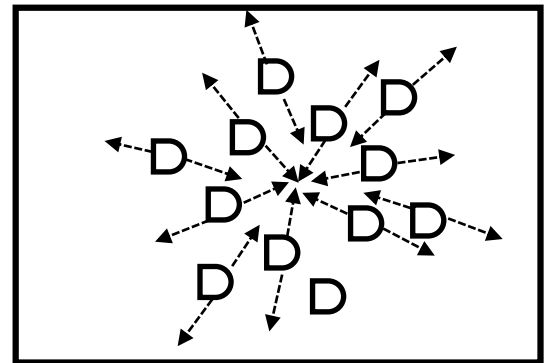
Малюнок 4

Тримаючись за руки, роблять викид правої ноги, зміщуючись вправо, потім роблять викид лівої ноги і зміщуються вліво. Далі подвійний пружинистий стрибок, випад корпусу в праву, потім ліву сторону. Рух повторюється 2 рази на 16 тактів.



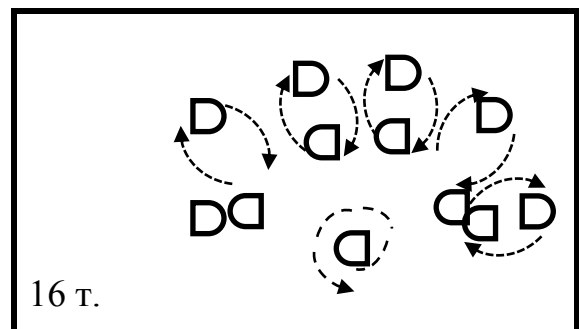
Малюнок 5

Потім перші номери заходять у коло, другі номери виходять з кола. Роблять два підскоки, при цьому руки ставляться в третю народну позицію і далі 2 шоне, рух робиться 2 рази на 16 тактів.



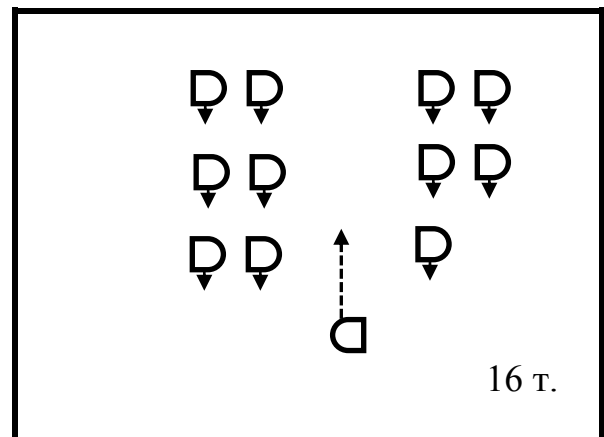
Малюнок 6

З малого і великого кола дівчата розходяться на півколо по дві дівчини одна за одною. Солістка виходить на центр сцени (все робиться на 16 т.). Йде антураж. Дівчата обходять одна одну в припаданні. Солістка обертає обертас (16 тактів).



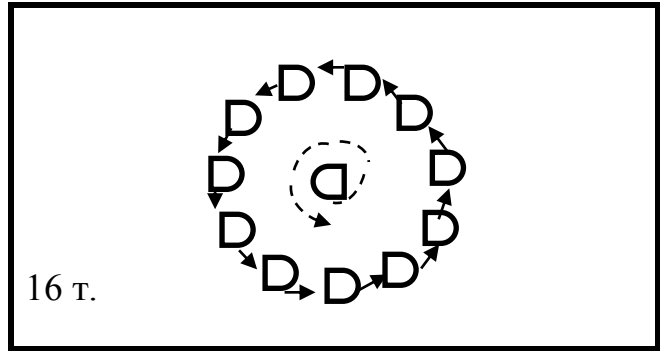
Малюнок 7

Дівчата по парно беруться за руки і як би перестрибують через багаття, солістка відходить назад (16 тактів).



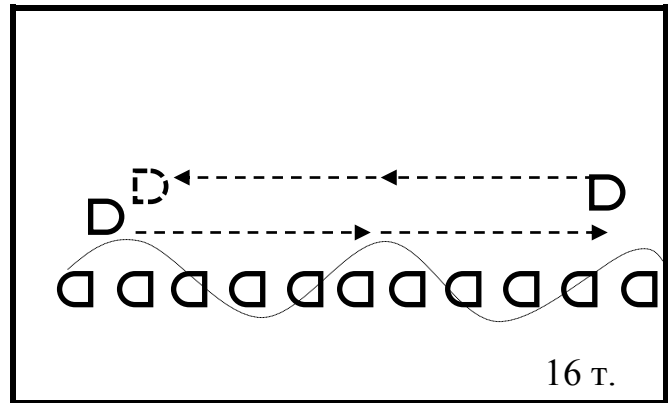
Малюнок 8

Потім роблять коло і по колу йде карусель. Солістка обертається в протилежну сторону. Малюнок робиться на 16 тактів.



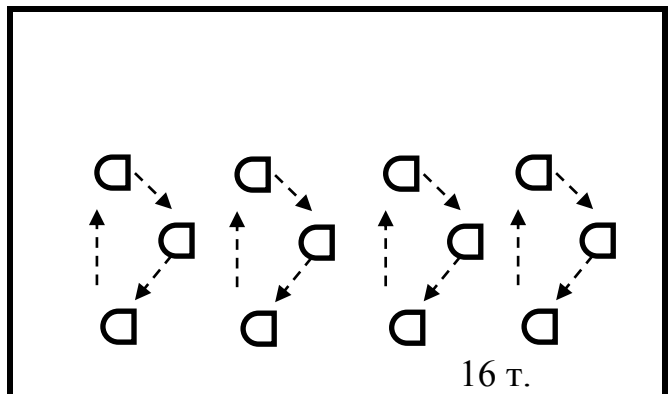
Малюнок 9

З кола учасниці вибудовують лінію і роблять хвилю. А солістка ззаду йде по хвилі, в руках вінок, який ніби пливе по хвилі (16 тактів).



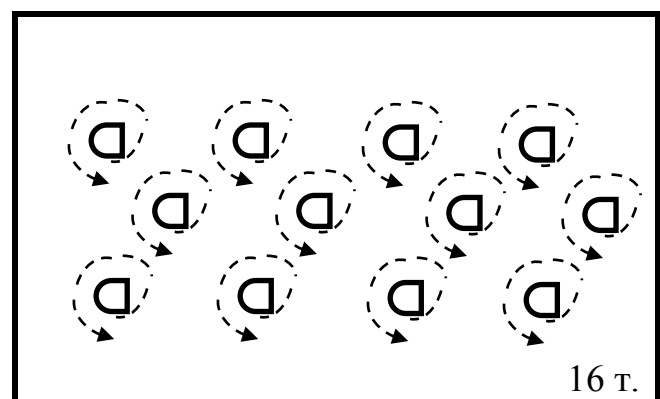
Малюнок 10

Потім з лінії – хвилі, дівчата розходяться по лініях в шаховому порядку (на 8 тактів). А на наступні 8 тактів обходять одна одну.



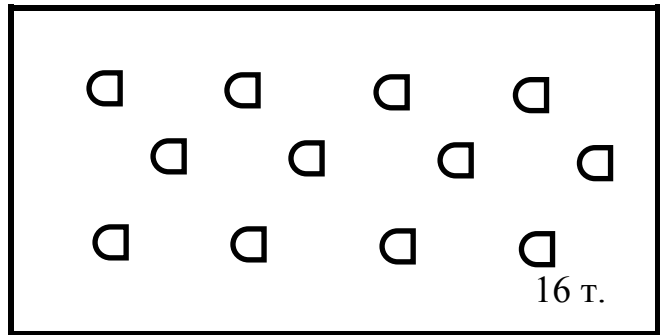
Малюнок 11

На місці роблять рухи: крок на праву ногу, ліва піднімається коліном в бік, потім робиться *soutenu* і припаданням рухаються трохи вперед правим боком. Рух виконується 2 рази на 16 тактів.



Малюнок 12

Наступні рухи: вихилястик\_зі стрибком і м'яким батманом та 4 м'яких ходи. Комбінація робиться 2 рази на 16 тактів.



Малюнок 13

Потім припаданням дівчата виходять в одну лінію, в кінці роблять два легких ходи, сідають на коліно, знімають вінки і немов пускають їх по воді (16 тактів).



### Коломийка.

Коломийки - традиційний жанр української фольк-музики і хореографії.

Коломийка – найпоширеніша танкова пісня, котра поєднує в собі поетичне слово, музику і танець в одну цілість. Кожен текстовий рядок коломийки має 14 складів з обов'язковою цезурою (паузою) після восьмого складу.

Коломийки лаконічно, але дуже виразно змальовують буденній та святковий побут. Разом з цим у них закладено глибокий зміст, широку гаму народно-філософських поглядів та психології.

Час виникнення цього жанру невідомий. Його назва вказує на місце виникнення: місто Коломия Івано-Франківської області (Гуцульщина). Коломийки були історично популярними серед поляків і українців, також відомий танець на північному сході Словенії (kalatajka). Залишаючись на перших парах місцевим, танець набув особливої популярності серед міського населення прилеглих областей у середині XIX ст.

Коломийки можуть виступати як приспівки до танцю або існувати незалежно від нього. Коломийки не існують відокремлено як маленькі дворядкові пісеньки. Вони об'єднуються у «віночки» («в'язанки»), які не мають сталого поєднання, а спонтанно добираються до конкретної ситуації. Адже коломийка дуже імпровізаційний жанр: вправні народні виконавці люблять експромтом складати коломийки до різних життєвих okazji. Коломийкова мелодія не змінюючи свого основного строю, може приймати то сумний, то веселий характер, тому вона надається однаково добре до передачі трагічних і веселих моментів народного життя.

Завдяки незвичайному багатству і різнобарвності мови коломийок вважається, що той, хто хоче навчитися гарно висловлюватись мусить вчити коломийки напам'ять. А через їх жартівливий життєствердний пафос коломийки не забуваються, а передаються з покоління в покоління.

Коломийка – танець відзначається багатством танцювальних рухів, барвистістю хореографічного малюнка, жвавим темпом виконання, вражає глядача яскравим колоритом. Основним композиційним елементом є коло, яке розпадається на менші кільця, і навіть, на окремі пари. Коломийку танцюють у швидкому темпі, весело й завзято, використовують орнаментальні хореографічні рухи.

Розрізняють гуцульські й бойківські коломийки.

Гуцульська коломийка (розповсюджена в Івано-Франківській області України) побудована на гуцульських танцювальних рухах: у танці використовується пружний крок, рухи «гайдук», «чесанка», «збійка», «гуцульські присядки», «голубці», «оберти» та ін.

Бойківська коломийка поширена на території Прикарпаття, Львівської області. Від гуцульської її відрізняють інші мелодії, інша музична і танцювальна специфіка.

Для всіх різновидів цього танцю характерне створення одного великого кола, розбивання його на кілька маленьких, переходи з кола в коло.

## Український народний танець

Наведемо сценарний план танцю «Коломийка», розробленого зі студентами 4 курсу.

Музичний розмір: 2/4.

Характер виконання – веселий, бадьорий.

Темп: помірно-швидкий.

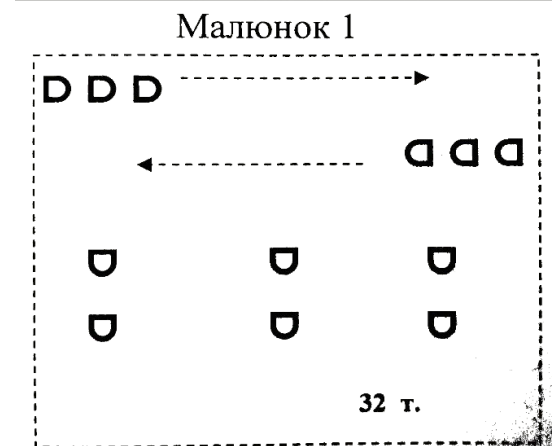
Танець виконують 6 хлопчиків і 6 дівчаток.

Костюми виконавців:

- Дівочий: сорочка-вишиванка, плахта з двох половин, червона стрічка з бубонами з боків, короткий кептар з вишивкою попереду, червоні туфлі;
- Хлоп'ячий: червоні прямі штани, внизу дві смуги (вишивки), сорочка-вишиванка, чорний капелюх, обтягнута червоною стрічкою, боці капелюха червона квітка, короткий кептарик з бубонами попереду і ззаду, червоні чоботи.

### Опис танцю.

З правого й лівого лаштунків виходять дівчата по троє з кожного. В обох руках тримають кептар, лікті вбік. Вихід робиться на три м'яких кроки, четвертий крок підставляється в VI позиції ніг обличчям до глядача, потім два підставних кроки обличчям до глядача. Останній підставний крок по ходу виходу. Рух повторюється 4 рази на 32 такти.



## Український народний танець

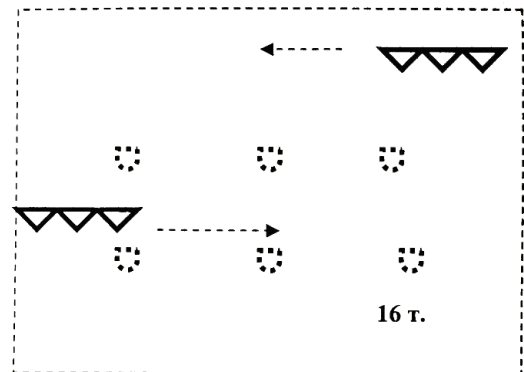
Вихід хлопчиків з правого й лівого лаштунків припаданням по VI позиції ніг. Ліва рука за спиною в кулаці, права піднята догори, злегка похитуючи вказівним пальцем, долоні натягнуті (підходять до дівчат) на 16 тактів. Дівчата стоять обличчям до глядача, руками тримаються за кептар, роблять малі присідання з поворотами корпусу праворуч, ліворуч.

Хлопець бере дівчину правою рукою за талію і вони разом обертаються припаданням по VI позиції ніг, спочатку праворуч, потім ліворуч, корпус злегка нахилиється назад, голова-один на одного (16 татів).

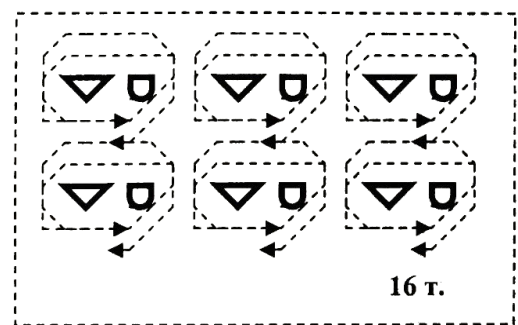
Хлопець робить крок, підставляє ноги в VI позицію (2 рази) ліворуч, дівчина робить те ж саме, тільки праворуч. Потім роблять ті ж самі рухи, тільки в інший бік на 8 тактів і на 8 тактів обертаються навколо себе припаданням по VI позиції ніг.

Потім хлопець подає праву руку дівчині, дівчина подає ліву руку хлопцеві і робить до нього закрутку, а потім розкрутку на 8 тактів. Рух робиться в припаданні (на 8 тактів), зіскок один до одного, а потім один від одного (4 рази).

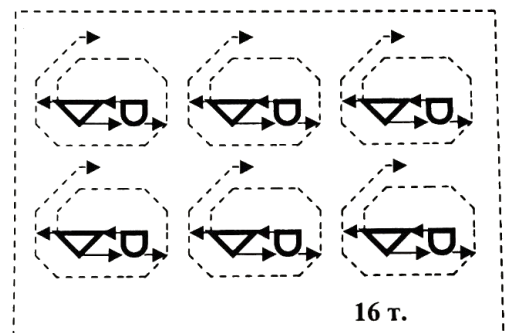
Малюнок 2



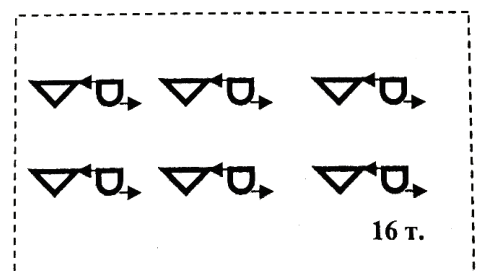
Малюнок 3



Малюнок 4



Малюнок 5



Лівою рукою хлопець бере дівчину за ліву руку, праву руку хлопець піднімає вгору і бере праву руку дівчини і простим легким бігом рухаються по колу на 16 тактів.

На останній такт пари розгортаються обличчям у коло. Хлопець робить присядку «М'ячик» по VI позиції ніг, руки в кулаці, рухаються паралельно вперед, назад. Дівчата роблять 4 кроки і заходять у коло, потім роблять знову 4 кроки, тільки тепер виходять з кола (при цьому обертаються на 360, повороти роблять по 2 рази) на 16 тактів.

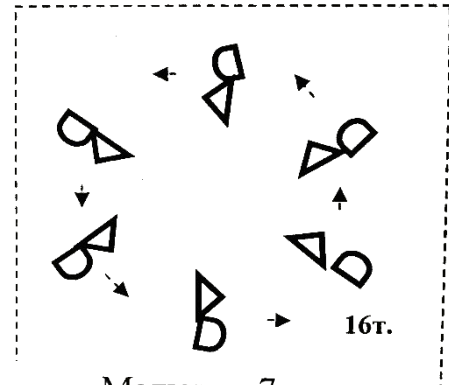
Пари знову беруться за руки і легким бігом на подушечках рухаються по колу і шикуються у дві лінії (16 тактів).

Виконуючи до-за-до в припаданні, пари починають співати частівки. До-за-до робиться на першу половину частівки, на другу половину пари роблять «крок – підставити», в різні сторони по 2 рази, далі 4 припадання вперед і 4 припадання назад (32 такти).

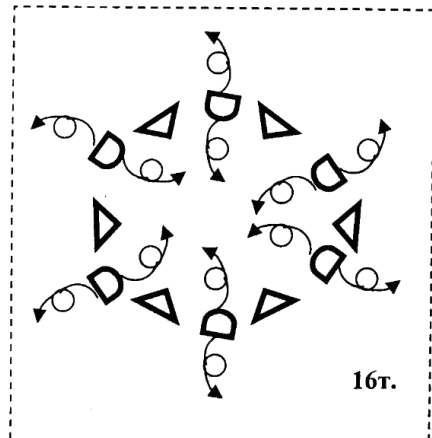
У цей час співають коломийку:

*Коломийку заспівати,  
коломийку грати.*

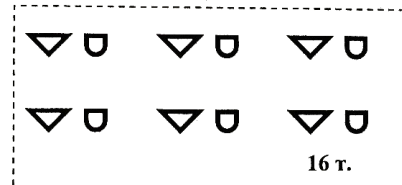
Малюнок 6



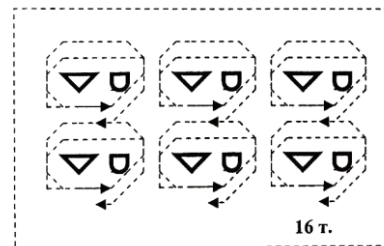
Малюнок 7



Малюнок 8



Малюнок 9



## Український народний танець

*Як же тою коломийку*

*легко танцювати.*

*Як заграє коломийка*

*дрібненька-дрібненька.*

*Через тою коломийку*

*болить голівонька.*

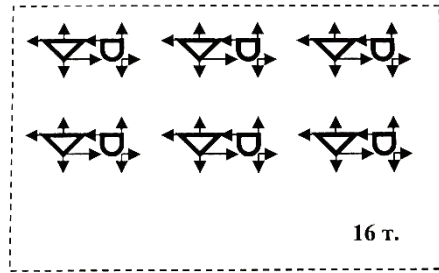
Після частівки хлопці сідають вниз з упором на праву руку, а ліву назад на потилицю. Роблять дрібні вистукування подушечками. Дівчата мілким бігом оббігають хлопців 2 рази.

Потім пари біжать один за одного. Хлопець обома руками бере дівчину за талію, дівчина кладе руки партнеру на плечі. Обертаються в парах навколо себе і одночасно шикуються в струмочок (16 тактів).

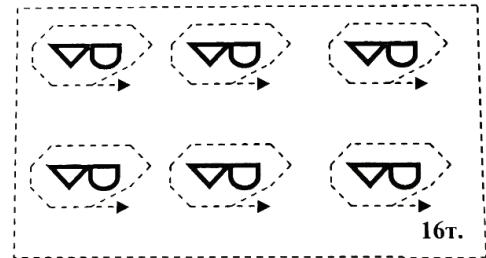
Потім у парах роблять струмочок. Він починається з основної пари. Хлопець і дівчина повертаються один до одного і беруться за руки. Руки на рівні грудної клітини. І боковим припаданням рухаються на місце останньої пари (16 тактів).

Із струмочка пари знову шикуються в дві лінії на 8 тактів і на 8 тактів хлопчики роблять присядку «М'ячик», дівчата дрібним бігом оббігають хлопців (16 тактів).

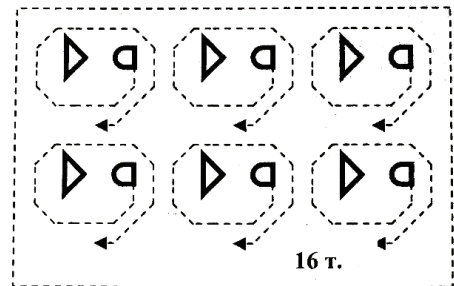
Малюнок 10



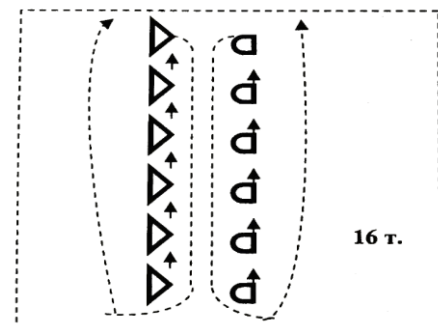
Малюнок 11



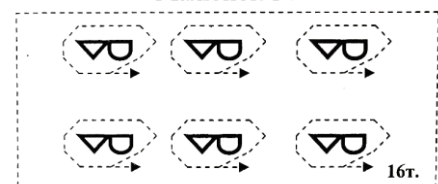
Малюнок 12



Малюнок 13



Малюнок 14

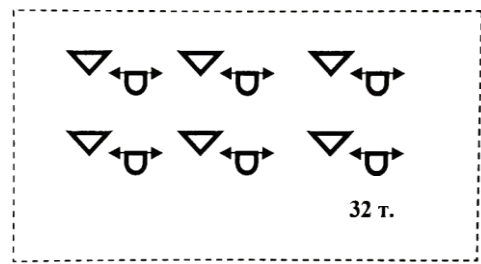




## Український народний танець

Потім дівчата роблять гвинти (3 рази), вправо, вліво, вправо і на останній 4 такт правою ногою крок вперед, поворот на 360 і поза (права рука вгорі, ліва внизу в алянже). Хлопці роблять гвинти на одній нозі (3 рази), на останній 4 такт роблять 3 присядки «М'ячик» і залишаються на правому коліні. Фінал.

Малюнок 15



### Нотний супровід до «Коломийки»

### Буковинська полька.

Полька (від чеського «пулька», або половинка, півкроку) – народний чеський танець, який виконується по колу парами. Набувши популярності у другій половині XIXст. у Європі, він увійшов в Україну. Спочатку побутував як бальний танець, а потім, поступово асимілюючись, увібравши національний

характер, перейшов до сільської місцевості. Нова якість відбилась в композиції, музиці, у цілому ряді своєрідних образно-тематичних ознак.

*Лексика.* Різноманітні мелодії польок дають можливість закласти в характер руху основне лексичне ядро, яке походить від регіону побутування танцю. Діапазон руху дуже широкий – від легких ажурних ходів, або вибиванців до присядок, парних поворотів та інше. Так, у Поліссі, на Волині зустрічаються елементи трясучок, обертів, на Прикарпатті – парні крутки, притупи, Закарпатті – плечові трясучки, Наддніпрянщині – вибиванці.

Більшість польок мають свої лексичні нюанси, вирізняючи їх з поміж інших. Так, «плескана полька» характеризується плесканням у долоні, «стращя полька» – погроза один одному вказівним пальцем правої чи лівої руки. Це, безумовно запозичено з давніх бойківських танців, втім, як і манера вестися у цій польці по-бойківському. У «Кресловій польці» , яка раніше виконувалася, як правило, по закінченні танців, використовується крісло або стілець. Додамо, що за своєю морфологічною структурою половина оберту кроку польки дуже схоже з гуцульським ходом «крутитися» .

Лексична структура, на перший погляд здається не складною, але перше враження оманливе. Насправді, деталізацією та філігранною відточеністю рухів виконати польку нелегко й вправному танцюристові.

*Композиція.* Фігури, малюнки танцю, подолавши шлях бальної, салонної хореографії, асимілювались з місцевими композиційними прийомами, та все ж основа танцю-коло. Танець, парно-масовий.

*Музика.* Музичний розмір 2/4. Найпоширеніший лад мажорний, хоча й зустрічаються перемінні лади. За формою (без розробки) полька має два періоди (16 тактів). Нерідко зустрічаються польки, що складаються з двох частин, збільшених до 16 тактових періодів.

У музичній структурі, засобах музичного нюансування відбувається образно-тематичні ознаки. У польці «Соловей» імітується трелі та рулади, у «Псалмі» – виконання церковних псалмів, у «Військовій» – відображаються

чіткі похідні ритми, акцент на першому періоді припадає на першу долю такту, що характерно для маршоподібної музики.

Назви польок залежать від образно – тематичного розвитку танцю. Є у назвах вказівки на лексичну своєрідність – «Дрібненька», «Крутяшка», «Підбивка» та ін.; місце побутування – «Гуцульська», «Галичанка», «Київська» та ін.; запозичення від бальної хореографії «Коханочка», «Кокетка». Побутують і польки, що зазнали подвійної асиміляції – «Російська», «Австрійська», «Варшавська», «Щутер-полька» тощо.

Класичні зразки музичних польок створили М. Глінка, М. Лисенко, П. Чайковський, С. Рахманінов. Цікава «Буковинська полька» у постановці Д. Ластівки.

#### **Сценарний план танцю «Буковинська полька».**

Танець розроблений зі студентами 3 курсу.

Музичний розмір 2/4.

Хореографічна лексика Західної України.

Костюми:

- дівочий: сорочка із суцільними широкими рукавами, прикрашена поліхромною вишивкою; безрукавка, вишита барвистими візерунками із кольорової шерсті; опинка, яка обгортає стегна, з домотканої вовняної тканини, заткана нитками жовтого і помаранчевого кольору; головний убір – «кода» – виготовлений із картону, обшитого тканиною, прикрашений бісером, кольорами, стрічками; шкіряні черевики жовтого кольору на гудзиках, красиво покриті орнаментом;

- чоловічий : довга тунікоподібна сорочка з домотканого полотна, яка одягається зверху штанів, підперезана широким шкіряним поясом; безрукавка і сердак, прикрашені аплікацією зі шкіри, сукна з вишивкою; вузькі штани з білого полотна, вишиті на штанинах; уквітчаний капелюх, прикрашений різнокольоровими стрічками, пір'ям та ін.; черевики «морщені», «заклебучені», прив'язані до ноги «волоками».

Опис танцю.

Уявіть собі таку картину: теплий весняний вечір, буковинським селом спокійно йдуть дівчата в красивих національних костюмах, гордовито гуляють вони вулицею, показуючи своє святкове вбрання. Дівчата прямують на сусіднє обійстя до хлопців, де вони разом співатимуть пісень, водитимуть хороводи, жартуватимуть, пускатимуться в танок. Побачивши дівчат хлопці злегка жартують над ними.

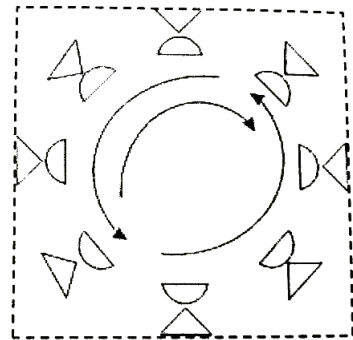
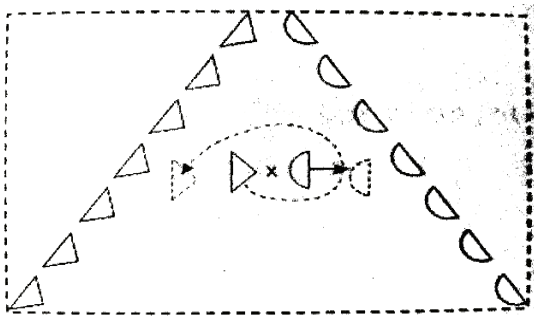
У танці беруть участь 8 і більше пар.

Першим на сцені з'являється парубок, який бачить дівчат та кличе хлопців.

Дівчата виходять із правого боку лаштунків, а хлопці-з лівого і стають у дві діагоналі. Дівчина і парубок (солісти) – у центрі сцени. Жартуючи над дівчатами, парубок – соліст вимовляє слова: «А хто хоче танцювати, прошу пару вибирати!».

Вихід соліста – 16 тактів.

Після слів соліста дівчина обертає його навколо себе і відкидає до хлопців – 16 тактів.



Вихід хлопців і дівчаток – 16 тактів.

Дівчата звертаються до парубків: «Годі хлопці жартувати, нумо польку танцювати!».

Хлопці відповідають: «Раді з вами танцювати – просим вступ до польки грати!».

Звучить музика – 4 такти вступу, усі учасники стають колом у пари обличчям одним до одного.

## Український народний танець

Наступний рух: праворуч крок підставити, крок підставити і два притупи. Потім усі рухи повторюються ліворуч – 16 тактів.

Усі учасники припаданням роблять мале коло: шість припадань і приступ – 8 тактів.

Далі розкривають коло на 6 припадань і 1 притуп – 16 тактів.

Відтак йде зміщення парубка і дівчини праворуч двома па де баск і двома притупами до чужого партнера, після чого все повторюється ліворуч до своєї партнерки – 8 тактів.

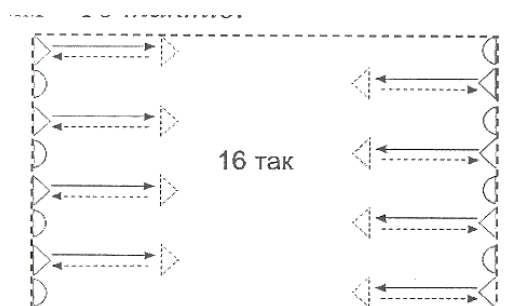
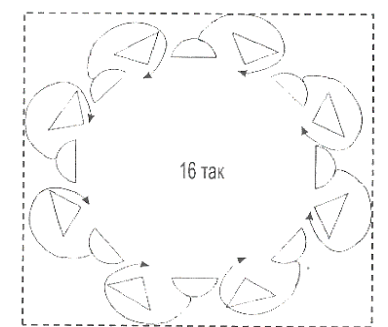
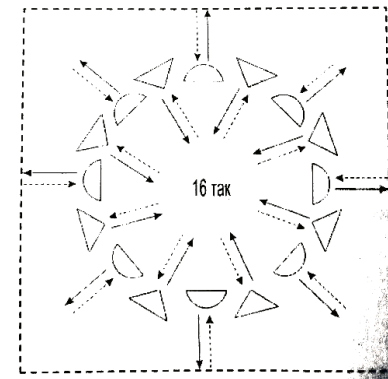
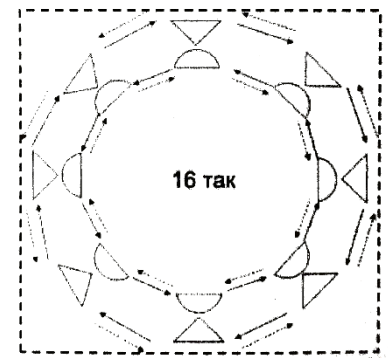
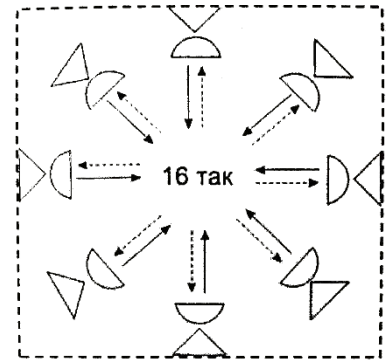
Хлопці широким кроком заходять у коло на 4 такти і роблять дві присядки за IV позицією – 4 такти.

Повертаються припаданням спиною з кола – 4 такти, знову роблять присядку за IV позицією на 4 такти.

Водночас дівчата припаданням виходять із кола на 4 такти і роблять два повороти з притупом на 4 такти. Повертаються також спиною в коло – 4 такти і два повороти з притупом – 4 такти.

Потім усі беруться за руки, стають великим колом і рухаються праворуч бічним галопчиком колом зі словами: «Ой ти, полька-буковинка, на півкроку веселинка!» – 16 тактів.

Після цього кожен хлопець правою рукою бере дівчину за ліву руку й обертає навколо себе двічі припаданням – 16 тактів.

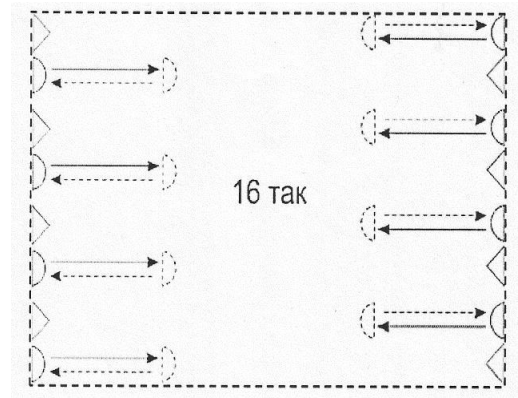


## Український народний танець

Відтак коло розривається на дві лінії з відходом припаданням до правих і лівих лаштунків-16 тактів.

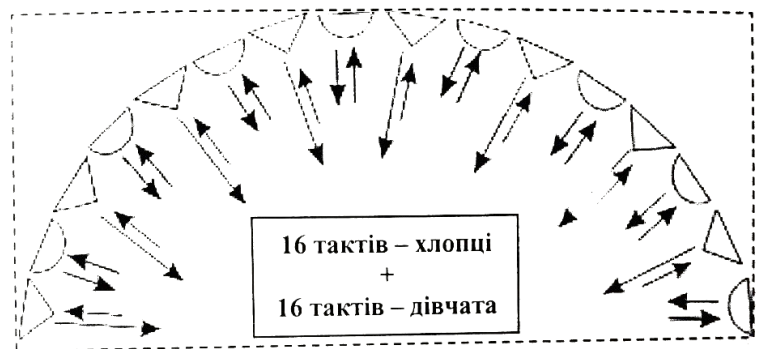
Перші хлопці широкою ходою на 4 такти підходять один до одного і на 4 такти роблять дві присядки за IV позицією – 8 тактів.

Далі припаданням повертаються спиною на місце – 4 такти і на 4 такти роблять дві присядки за IV позицією – 8 тактів.



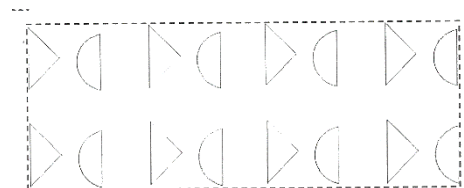
Дівчата в цей час стоять на місці і роблять припадання. Потім дівчата йдуть на зустріч одна одній припаданням (4 такти) і на 4 такти два притупи – 8 тактів і так само повертаються на свої місця – 4 такти і йдуть припаданням і на 4 такти два притупи.

Хлопці на місці роблять припадання. Танцюристи обох ліній беруться за руки і по задньому плані бічним галопчиком міняються місцями і стають півколом – 16 тактів.



Хлопці широким ходом виходять уперед зі словами: «Файно польку танцювали, аж усі чоботи порвали!» – 8 тактів і на наступні 8 тактів повертаються на свої місця.

Дівчата також проходять уперед на 8 тактів зі словами: «Ваші чоботи підкуємо,

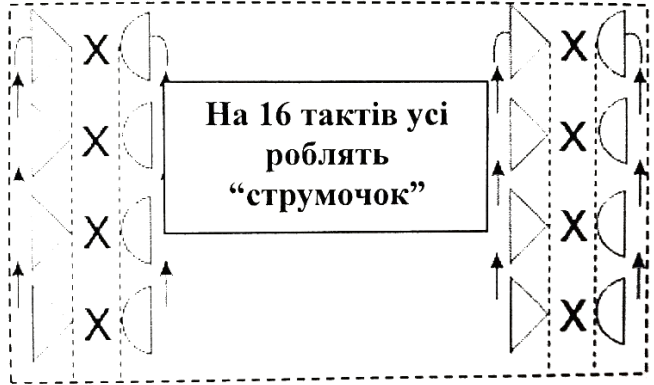


## Український народний танець

Буковинку танцюємо!» і на 8 тактів повертаються на свої місця.

Відтак учасники беруться за руки і з півкола розходяться на два «струмочки» – 16 тактів.

Після «струмочка», тримаючись за обидві руки, усі учасники розходяться на дві лінії (16 тактів) обличчям один до одного, руки розкриті в сторони.



Вихід на фінал: крок – підставити, крок – підставити і два притупи.

### Музика танцю «Буковинська полька»

## **Гопак.**

Розробка хореографічної композиції, використаної у освітньому процесі факультету початкової, технологічної та професійної освіти, ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» (спеціальність 013 Початкова освіта). Наведемо етапи роботи над постановою українського народного танцю – гопака, створеного під час викладання курсу «Український народний танець».

Робота над створенням танцю завжди починається з усвідомлення історико-мистецтвознавчого контексту: історії танцювального жанру, особливості культури того чи іншого регіону, які вплинули на виникнення та існування танцю, особливостей хореографічної лексики тощо. Тому, починаючи роботу над постановкою гопака слід згадати походження назви танцю (від слова «гоп», «гопати» – стрибати), історію його виникнення у XVI – XVII ст. як бойового танцю козаків Запорізької Січі. Гопак довгі часи був виключно чоловічим танцем, який демонстрував силу і спритність, героїзм і благородство. Йому притаманна імпровізаційність, яку демонструють танцівники у численних трюках.

Слід також згадати, що нова історія гопака почалася у середині XX ст. коли український балетмейстер П. Вірський створив для свого ансамблю академічний гопак, у якому синтезував класику і традиційний фольклор, при цьому була додана жіноча партія. Гопак став парно-масовим танцем, побудованим на веселих, завзятих і технічно-складних рухах.

Відзначимо також, що не всі балетмейстери однаково трактують цей танець. Існують постановки, які починаються зі стрімкого виходу хлопців, іноді навпаки, гопак відкриває лірична жіноча частина, яка переростає у швидкий танець з хлопцями.

На наступному етапі постановочної роботи студенти мають згадати основні рухи українського народного танцю «Гопак», до яких належать:



бігунець, з різними комбінаціями (з помітним кроком, «sissonne»), «Тинок» – Pas de basque (падебаск) (малий, високий), виворітний по IV позиції, «Доріжки» – припадання, у різному напрямку, «Вірвовочка» – у різних комбінаціях, притупування – подвійні, потрійні, «Вихилястик», «Голубці», різні присядки; трюки («Розніжка», «Кільце», «Бочонок», «Млин» та ін.).

До системи постановочної роботи над гопаком входять також створення костюмів. Слід обговорити деталі чоловічих та жіночих костюмів.

Відомо, що чоловічий костюм у гопаку ще з часів Запорізької Січі нагадує військову форму, він і донині складається з червоних шароварів (можуть бути також сині чи блакитні), сорочки-вишиванки, широкого й довгого кушака, папахи, червоних або чорних гостроносих чобіт.

Елементи жіночого костюму: вишита сорочка і спідниця, запаска або плахта, жилетка, фартух, віночок зі стрічками в два або три ряди, червоні чоботи.

Пропонуємо композицію гопака, розраховану на 8 пар.

Вихід танцю починається з повільної жіночої частини, де дівчата немовби заманюють хлопців до танцю, який потім переростає в швидкий запальний «Гопак».

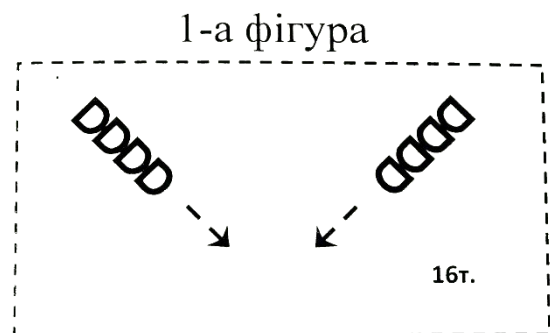
### **Повільна частина танцю.**

Музичний розмір 4/4, темп спокійний, ліричний.

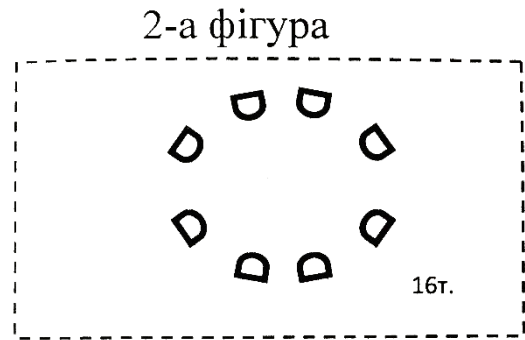
Готуючись до танцю дівчата стоять за лаштунками по 4, одна за одною з різних боків сцени.

Вихід дівчат на сцену.

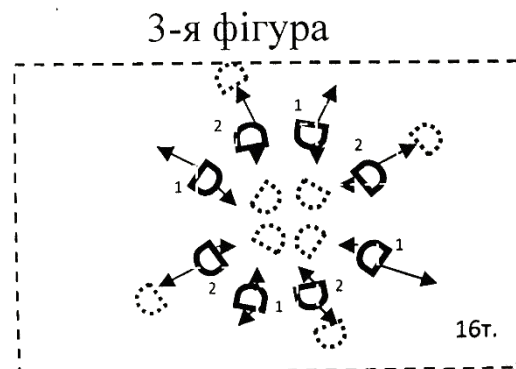
Дівчата йдуть по діагоналі простою ходою 4 такти. Потім переходять в припадання – 4 такти. Рух повторюється 2 рази на 16 тактів. Руки припущені донизу.



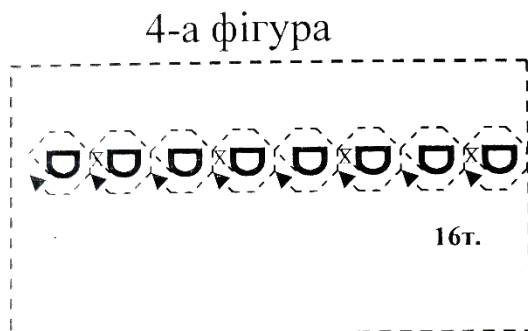
З двох діагоналей дівчата перебудовуються в коло. Рух виконується простою ходою, руки на «раз» – «два» підіймаються в третю позицію, на «три» – «чотири» опускаються у вихідне положення. Рух виконується на 16 тактів.



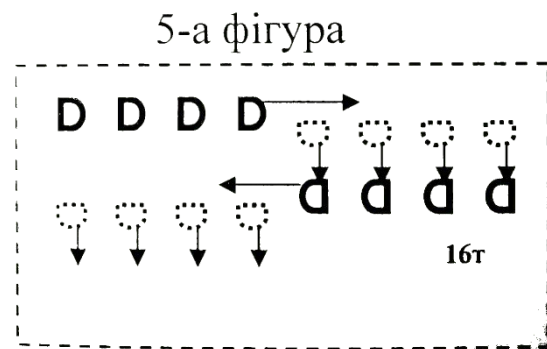
Перші номери заходять у коло, а другі з кола, виконується рух Pas de basque (падебаск) на високих півпальцях 2 рази на 4 такти. На 4 такти – нахил уперед, потім рух виконується у зворотний бік. Руки на Pas de basque в III позиції, при нахилі – вниз. Рух робиться на 16 тактів.



З кола дівчата розходяться в одну лінію простою ходою на пальцях на 8 тактів. Потім по-двоє роблять повороти навколо себе вліво на 360, права рука проходить через III позицію (8 тактів).



Розкриваючись по четверо, дівчата роблять прочісування на 8 тактів, простою ходою, потім роблять випади через VI позицію ніг, руки піднімаються в III позицію, рух робиться 2 рази на 16 тактів.

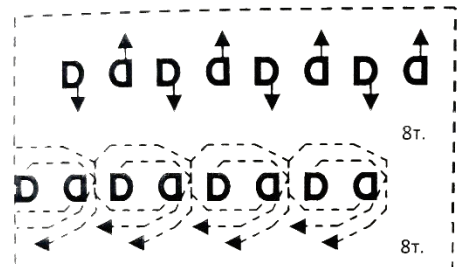


## Український народний танець

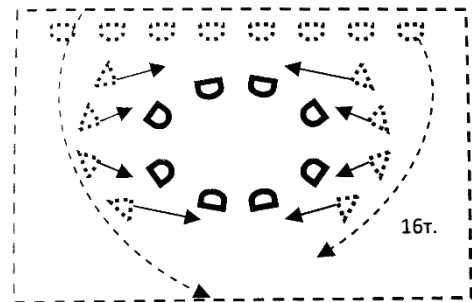
Дівчата попарно стають обличчям одна до одної, роблять прочісування вправо і вліво. Руки легко проходять через верх (8 тактів). Потім на 8 тактів обходять одна одну.

Дівчата з лінії перебудовуються в коло простою ходою, в цей час хлопці з-за куліс виходять на сцену, підглядають на дівчат і починається швидка частина (16 тактів).

6-а фігура



7-а фігура



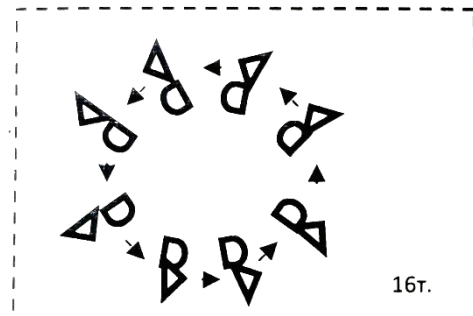
### Швидка частина танцю.

Музичний розмір: 2/4.

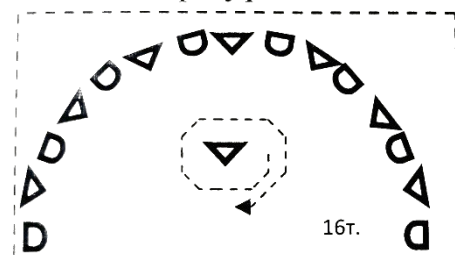
Дівчата рухаються колом (хід бігунець), хлопці по ходу руху підхоплюють дівчат (йде набір). Пари стрімко рухаються по колу бігунцем. Хлопець тримає дівчину лівою рукою, права в III позиції. Дівчина подає ліву руку хлопцю, права підтримує кілька стрічок (припущена вниз).

З кола всі пари «вірьовочкою» розкриваються на півколо, а соліст в цей час робить трюк «Млин» (16 тактів).

8-а фігура



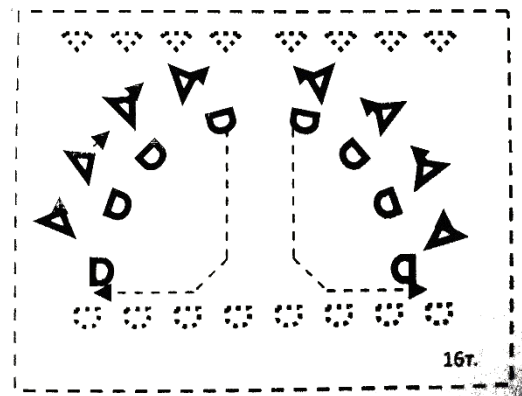
9-а фігура



## Український народний танець

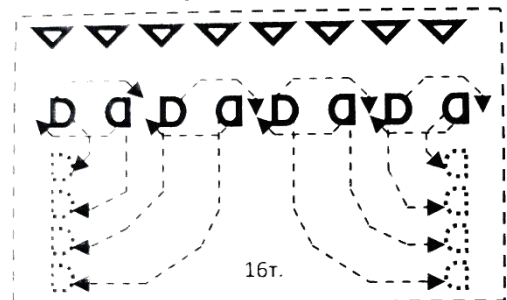
Потім дівчата з півкола бігунцем забігають в одну лінію на авансцені (8 тактів). Потім на 8 тактів роблять Pas de basque (падебаск) граючи плечима. Хлопці простою ходою відходять назад і створюють лінію.

10-а фігура



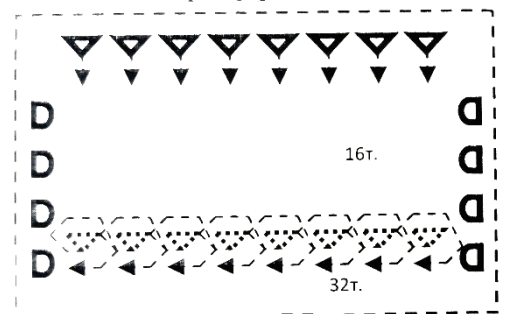
Дівчата продовжують виконувати свою сольну партію. Бігунцем оббігають одна одну на 8 тактів і на 8 тактів розходяться «вірвовочкою» до куліс (16 тактів).

11-а фігура



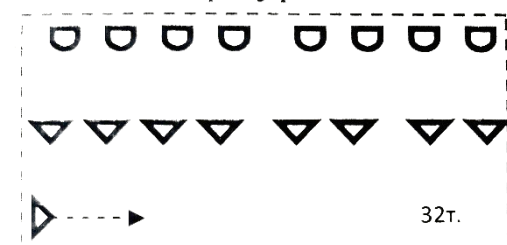
Вихід хлопців вперед – крок, стрибок і ще раз крок, стрибок і 4 простих біга, рух робиться на 16 тактів. Наступні 32 такти хлопці роблять присядку з підсічкою, виходить 4 рази.

12-а фігура



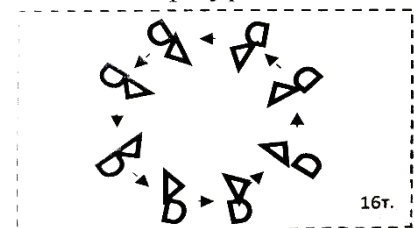
Після присядки з підсічкою соліст робить трюк «щупак» на 32 такти. Дівчата ляскаючи заходять позаду хлопців.

13-а фігура

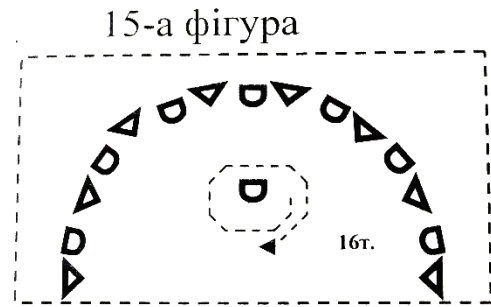


Потім всі пари рухаються по колу бігунцем на 16 тактів.

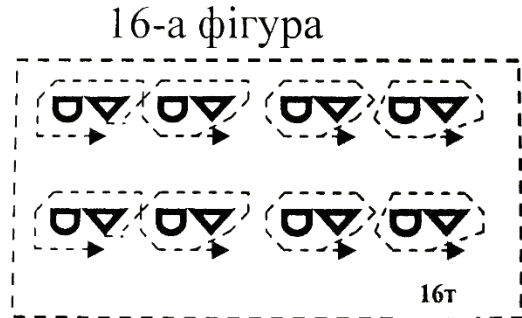
14-а фігура



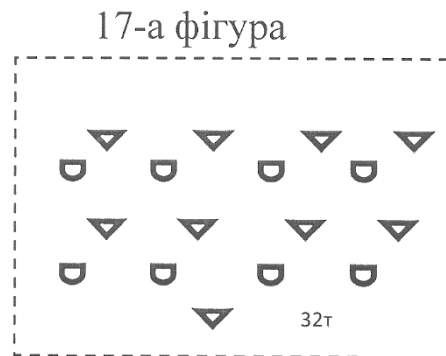
3 кола всі пари розкриваються на півколо «вірвовочкою», солістка виконує «Обертас» (16 тактів).



3 півкола всі пари припаданням виходять на фінал в дві лінії на 8 тактів, на наступні 8 тактів роблять припадання в повороті в парах.



Потім дівчата на 8 тактів роблять па де баск убік, права рука йде в III позицію із стрічкою. Хлопці внизу роблять «крокодил» на 8 тактів. Потім дівчата роблять два млинці вправо і вліво (8 тактів), руки в III позиції, хлопці на наступні 8 тактів роблять присядку і залишаються на коліні, руки в II позиції. Соліст на 16 тактів робить повзунець. Фінал.



Нотний супровід до гопака



**ОПИС РУХІВ УКРАЇНСЬКИХ НАРОДНИХ ТАНЦІВ.  
ОБЕРТИ.**

**ОБЕРТАС** (жіночий). Вихідне положення – третя позиція ніг. На затакт «і» при повороті праворуч зробити легенький стрибок на лівій нозі. Праву закинути назад, коліна її зігнути і відвести праворуч; на «раз» повернутися на 180 і поставити праву ногу на підлогу позаду себе, перенісши на неї вагу корпусу, на «і-два» переступити лівою і правою ногами, довершивши повний оберт. Потім зробити все спочатку.

**ГОЛУБЕЦЬ І ВИХИЛЯС В ОБЕРТІ** (жіночий). Вихідне положення – третя позиція ніг. На «раз» першого такту – крок правою ногою вперед. Одночасно ліву руку покласти на талію, а праву відвести в сторону, на «два» повернувшись на 180, виконати «голубець» ліворуч. На «раз» другого такту, продовжуючи оберт, стати на всю ступню лівої ноги, трошки зігнувши її в коліні. Праву ногу закинути назад за ліву на носок, піднявши каблук вгору. Руки схрещуються на грудях; на «два» довершити оберт на 360, поставивши праву ногу на каблук. Розташування ніг має бути таким: права на каблуці спереду, а ліва поставлена ззаду на всю ступню і трохи зігнута в коліні. Вага корпусу – на лівій нозі.

**НИЗЬКА ПОГОРЕНКА** (парний оберт). Вихідне положення – шоста позиція ніг. Виконавці стоять обличчям один до одного. Хлопець обома руками тримає дівчину за талію, а дівчина кладе руки хлопцеві на плечі або на талію. На «раз» праві ноги поставити так, щоб вони майже торкалися одна одної внутрішніми сторонами ступні (виворітно), на «і» лівими ногами зробити крок вперед, на «два» переступити правими ногами на місце ліворуч, повернувшись на 180, на «і», повертаючись ще більше, знову зробити крок лівими ногами, завершуючи оберт «Погаренку» низьку можна виконувати і ліворуч.

**СЕРЕДНЯ ПОГАРЕНКА** (парний оберт). Вихідне положення – шоста позиція ніг. Виконавці стоять обличчям один до одного. Хлопець правою рукою тримає дівчину за талію. Права рука дівчини знаходиться на лівому плечі хлопця. Лівою рукою хлопець підтримує правий лікоть дівчини, а дівчина

лівою рукою підтримує правий лікоть хлопця. На «раз» зробити правими ногами крок вперед так, щоб виконавці були справа одне від одного, на «і», підтягнути ліві ноги до правих і швидко повернутися на півпальцях правих ніг, на «два-і» – те, що й на «раз-і», і завершити оберт на 360. При поворотах голову на «раз» повернути ліворуч, а на «два» – праворуч, тобто обличчям одне до одного.

**ВИСОКА ПОГАРЕНКА** (парний поворот). Вихідне положення - шоста позиція ніг. Виконавці стають обличчям одне до одного. Хлопець правою рукою тримає дівчину за талію. Права рука дівчини знаходиться на лівому плечі хлопця. Лівою рукою хлопець підтримує правий лікоть дівчини, а дівчина лівою рукою підтримує правий лікоть хлопця. На «раз» зробити, акцентуючи, крок вперед правими ногами так, щоб бути праворуч одне від одного. Ліві ноги відриваються від підлоги. Розпочати поворот праворуч, на «два» підскочити на правих ногах, повертаючись ще більше праворуч, на «і» опустити ліві ноги і поставити поряд з правими, завершивши оберт на 360.

**ПІД КРИЛО** (парний рух). Вихідне положення – шоста позиція ніг. Виконавці, які стоять у парі обличчям одне до одного, на «раз» першого такту виконують біг на місці правими ногами, ліві ноги відривають від підлоги і сильно згинають у колінах. Хлопець нахилиє корпус вперед так, щоб дівчина була праворуч від нього, і голову підсовує під її праву руку (начебто під крило). Одночасно він кладе праву руку дівчині на талію, а вона ліву руку кладе на зап'ястя правої руки хлопця. З'єднані руки (права рука дівчини і ліва хлопця) вони піднімають вгору, голови повертають до глядача. Корпус дівчини трохи нахилений вперед; на «два» виконавці, не міняючи положення корпусу рук і голови, виконують біг на місці лівою ногою, відводячи назад праву ногу, сильно зігнуту в коліні. На «раз-два» другого такту виконавці не міняючи положення корпусу, рук і голови, виконують по черзі два біги на місці правою і лівою ногами. На «раз» третього такту виконавці, виконуючи біг на місці правою ногою, міняють положення корпусу і голови так: дівчина відхиляє

корпус трохи назад, голову повертає до хлопця; одночасно хлопець вирівнює корпус і відхиляє його трохи назад, спрямовуючи погляд на дівчину. Не роз'єднуючи рук (дівчина праву, а хлопець ліву), опускають їх вниз до рівня талії, другі руки виконавці розводять широко в сторони. На «два» третього такту, на «раз-два» четвертого такту, виконавці, не міняючи положення корпусу, рук і голови, виконують три біги на місці по черзі лівою, правою і лівою ногами.

Іноді цей рух виконується в оберті.

**ТУРИ** (чоловічі). Вихідне положення - шоста позиція ніг. Допмагаючи руками, розведеними широко в сторони на невеликих стрибках на півпальцях обох ніг, виконавці, роблять повні оберти на місці на кожен чверть такту. Голову з початку оберта тримати в одному положенні, погляд спрямувати в одну точку. Потім різко закінчити повний оберт головою і завершити повний оберт корпусу на 360.

**ТУРИ НА ПРИСЯДЦІ** (чоловічі). Вихідне положення – друга позиція ніг. Виконуються «тури на присядці» так само, як і «тури», тільки виконавець весь час глибоко присідає. Ноги на півпальцях за першою позицією, коліна розведені в сторони.

**КОЛОБОК** (чоловічий) (оберт ліворуч). На «раз», глибоко присідаючи, перенести вагу корпусу на ліву ногу і ліву руку, почавши поворот ліворуч. Праву ногу відірвати від підлоги. Права рука відведена в сторону. Погляд звернений на підлогу ліворуч; на «два» перенести вагу корпусу на праву ногу і праву руку, зробивши, майже, повний оберт. Так, не розгинаючи колін, по черзі спираючись то на ліву ногу і руку, то на праву ногу і руку, виконують оберти, просуваючись по прямій лінії або по колу.

**ГАРБУЗ** (чоловічий) (оберт ліворуч). Глибоко присідаючи, вагу корпусу перенести на праву ногу, яка стоїть на підлозі на півпальцях. Ліва нога лежить стопою на підйомі правої ноги. Зігнуто коліно лівої ноги відвести ліворуч. Корпус нахилений вперед (він ніби лежить на правому коліні). Руками по черзі



треба відштовхуватися від підлоги, обертаючись ліворуч. Можна відштовхуватися і обома руками разом. Бажано, щоб поштовхи були на кожному восьму такту. Змінивши положення ніг, можна обертатись і праворуч (рис. 106).

**ПІВТОРАК** (парний). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз-і-два-і» першого такту і на «раз-і-два» другого такту виконати півтора кола будь-якої «погаренки»; на «і» – удар ногою об підлого, корпус нахилити, коліна трохи зігнути. Потім повторити рух у другий бік.

**ЯСТРУБ В ОБЕРТІ** (чоловічий). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На «раз» з легенького стрибка обома ногами сильно відштовхнутись у повітря. Підігнути обидві ноги так, щоб підшви були притиснуті одна до одної, коліна повернуті в сторони. Зробити оберт праворуч або ліворуч на 360 ; на «два» в оберті розвести руки в сторони. Потім зробити все спочатку. Рух виконується на місці, по діагоналі і по колу.

**ОБЕРТИ КОРПУСУ З ВИНИСЕННЯМ НОГИ ВПЕРЕД НАХРЕСТ** (чоловічі).



*Рис. 1.*

Вихідне положення – перша позиція ніг, руки на талії.

На «раз» злегка ковзнути носком лівої ноги і повернути п'ятку ліворуч. Винести вперед навхрест і підняти над підлогою майже на 90 праву ногу. Праву руку на рівні грудей зігнути перед корпусом, ліву підвести на рівень грудей

назад ліворуч. Корпус направити лівим плечем вперед, голову повернути назад; на «два» ноги, корпус і голову перевести у вихідне положення, руки праворуч. Потім рух починається спочатку, з тієї ж ноги.

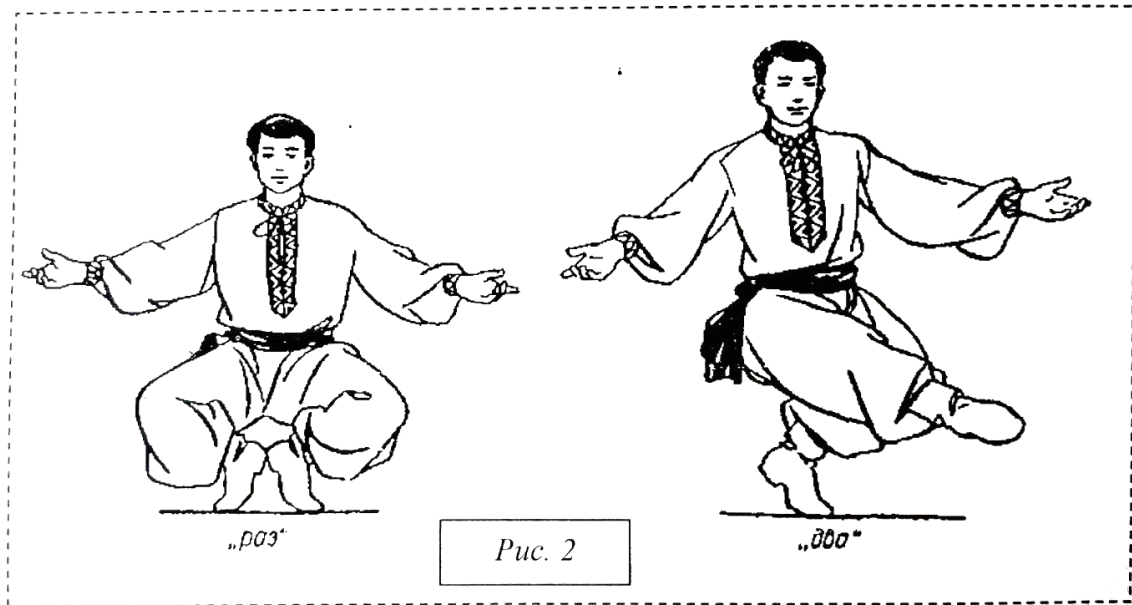
**ОДВЕРТАННЯ** (парний рух, спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – виконавці стають парами, обличчям одне до одного, плечем у напрямку руху – дівчина правим, а хлопець лівим. Хлопець правою рукою тримає ліву руку дівчини. З'єднані руки підняті і відведені назад нижче рівня плечей. Вільні руки знаходяться на талії. На перший такт хлопець з лівої, а дівчина з правої ноги виконують один раз «тинок» з просуванням вперед, ледь одвертаючись одне від одного. Одночасно вони проводять з'єднані руки вниз вперед, витягуючи їх вгору, не вище рівня плечей. Під час повороту танцюристи злегка вклоняються одне одному. На другий такт – те, що й на перший, але рух починають з іншої ноги і з'єднані руки проводяться знизу назад, і вихідне положення.

**ПАРНІ ПОВОРОТИ** (спільні для жінок і чоловіків). Вихідне положення – хлопець і дівчина стоять обличчям одне до одного. Хлопець бере дівчину правою рукою за талію, ліву кладе їй на плече. Дівчина обидві руки кладе на плечі хлопця. На «раз» першого такту треба праву ногу поставити перед лівою навхрест. На «і» підскочити на лівій нозі. На «два» перескочити на праву ногу. На «і» підскочити на правій нозі. На другий такт виконати «потрійний притуп».

### **ПРИСЯДКИ.**

**ПРОСТА ПРИСЯДКА** (чоловіча). Вихідне положення - перша позиція ніг. На «раз» – з невеличкого підскоку рвучко опуститися в низ на півпальці обох ніг. Каблуки тримати разом, а носки й коліна розвести в сторони; на «два» з невеликим підскоком трохи піднятися з глибокого присідання, залишивши всю вагу корпусу на лівій нозі, а праву, сильно зігнуту в коліні, виворітні підняти вперед, доводячи стопу до коліна лівої ноги. Коліно правої ноги повернути

праворуч, підйом витягнути, але не напружувати. Корпус прямий, погляд направлений прямо перед собою (рис. 2).



**ГАЙДУК** (чоловічий) – варіант простої присядки. Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» з невеличкого стрибка зробити глибоке присідання на півпальці обох ніг (коліна і ступні разом); на «два» з невеличкого підскоку ледь піднятися на півпальці лівої ноги. Одночасно праву ногу, злегка зігнути в коліна, трохи підняти ліворуч навхрест попереду правої ноги, голову повернути ліворуч. Далі рух повторюється з другої ноги. Корпус прямий, плечі трохи відведені назад.

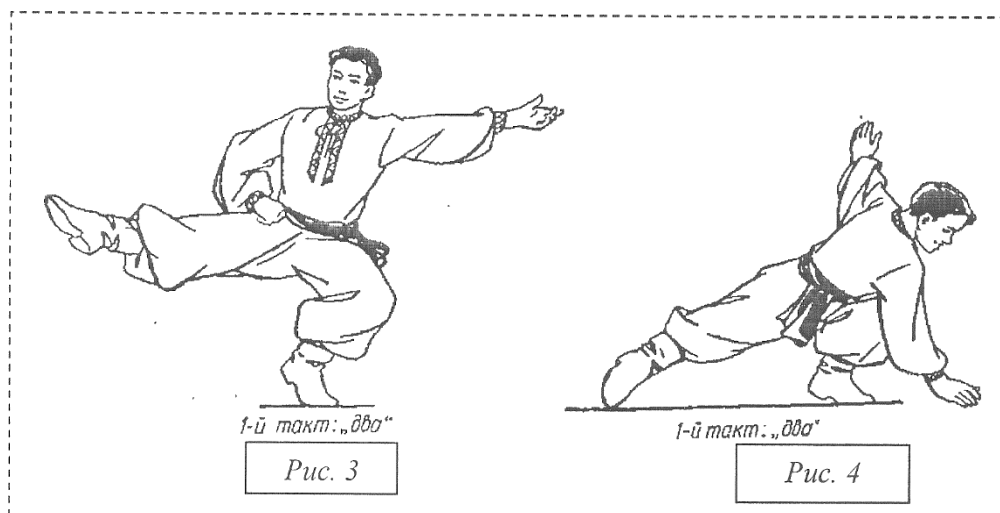
**ПРИСЯДКА З ПОЧЕРГОВИМ ВИНЕСЕННЯМ НОГИ НАВХРЕСТ ДРУГОЇ** (чоловіча). Виконується як «проста присядка» з почерговим витягуванням ноги навхрест перед другою. Хлопець, витягуючи праву ногу ліворуч, спрямовує погляд ліворуч, витягуючи ліву ногу праворуч, спрямовує погляд праворуч.

**БОКОВА ПРИСЯДКА З ПІДНІМАННЯМ НОГИ В СТОРОНУ** (чоловіча). На «раз» те, що й у «простій присядці»; на «два» рвучко і невисоко піднятися з глибокого присідання і трохи підстрибнути на низькі півпальці лівої ноги, коліно зігнути. Праву ногу підняти невисоко праворуч, коліно і підйом вільні. Корпус прямий або трохи відхилений в лівий бік. Погляд

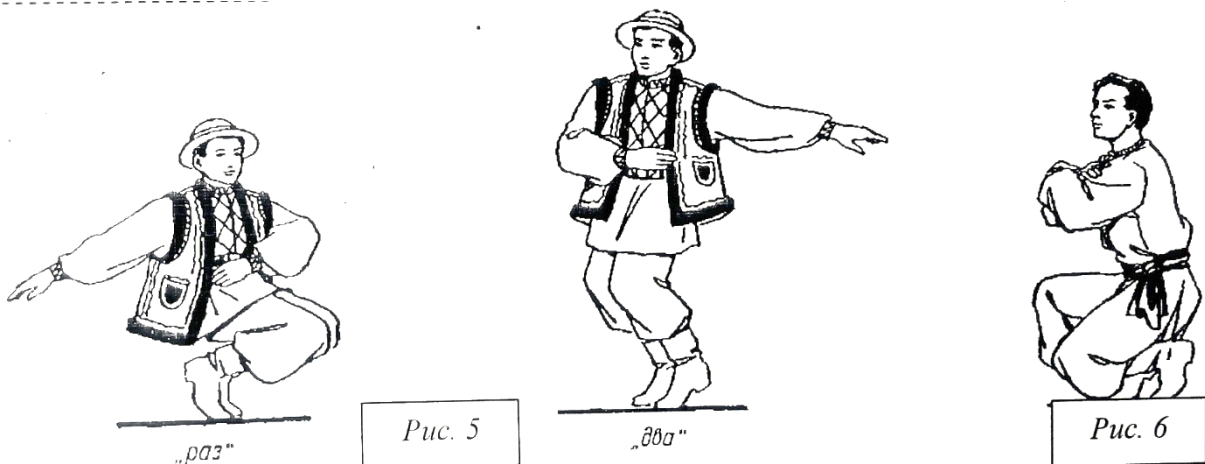
спрямований на носок відведеної в сторону ноги. Ліва рука відводиться ліворуч на рівні лівого плеча, права рука лежить на талії. З початком наступного такту рух починається з другої ноги. Напрямок корпусу і рук відповідно змінюється; цей рух можна виконувати лише з однієї ноги (Рис.3).

**ПРИСЯДКА З СТИБКОМ** (чоловіча). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту невеликий стрибок на місці, потім трохи присісти на ступнях обох ніг (ноги за шостою позицією, коліна разом), приготувавшись до високого стрибка; на «два» підскочити якомога вище вгору, підбравши ноги (коліна і ступні разом). На «раз» другого такту опуститися із стрибка в глибоке присідання на півпальці обох ніг за шостою позицією; на «два» з невеличкого підскоку піднятися на півпальці лівої ноги. Одночасно праву ногу, ледь зігнуту в коліні, підняти високо вперед.

**ПРИСЯДКА З УДАРОМ РУКОЮ ОБ ПІДЛОГУ З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (чоловіча). Вихідне положення – третя позиція ніг. На затакт «і», зробивши підскік на лівій нозі, одночасно праву ногу із зігнутим і відведеним вбік коліном підвести до кісточки лівої, позаду неї. Руки опущені. На «раз» першого такту з підскоку опуститися в присідання на ліву ногу. Праву ногу, випрямивши в коліні, відвести назад. Корпус нахилити вперед. Права рука описує коло знизу назад і вгору, немовби замахуючись батогом; на «два» випрямити корпус, праву ногу підняти і поставити впритул позаду лівої ноги. На «раз-і-два» другого такту притупнути (рис. 4).



**ГАЙДУК – КРУЧ** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» з легенького підскоку зробити глибоке присідання. З'єднавши коліна, направити їх ліворуч; на «два» трохи піднятися і, залишаючись на півпальцях, направити коліна ніг праворуч. Руки кладуть на плечі одне одному. Коли ж цей рух виконується одним виконавцем, то руки розводяться, і рухати їх слід у бік, протилежний рухові колін: коли коліна направлені ліворуч, то обидві руки – праворуч і, навпаки, коли коліна – праворуч, то руки – ліворуч (рис. 5).



**НИЗЬКИЙ ТИНОК** (чоловічий). Виконується так само, як «малий тинок» але хлопець весь час знаходиться в глибокому присіданні.

**БІГУНЕЦЬ НА ПРИСЯДЦІ** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг (на півпальцях). Рух виконується на напівприсядці, коліна разом. На «раз» ступити вперед правою ногою; на «і» ступити вперед лівою ногою і т. д. Корпус прямий або нахилений праворуч чи ліворуч (рис.6).

**ПРИСЯДКА З УДАРОМ ПО ХАЛЯВІ** (чоловіча). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту – «проста присядка»; на «два» з підскоку трохи піднятися на праву ногу, зігнути в коліні, ліву винести вперед прямо перед собою і вдарити кистю правої руки по халяві. Ліву руку вільно відвести в сторону. Далі виконується те, що робилось в попередньому такті, тільки рух починають з іншої ноги і руки. При виконанні «присядки» корпус прямий. При ударі кистю руки по халяві корпус повертають в бік піднятої ноги.

**ПОВЗУНЕЦЬ** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз», трохи підскачівши, але не піднімаючись з глибокого присідання, перескочити на півпальці лівої ноги. Права піднімається вперед, випрямляючись у коліні; підйом витягнутий, але не напружений; на «два» не піднімаючись з глибокого присідання, перескочити на півпальці правої ноги. Ліва піднімається вперед, випрямляючись у коліні; підйом витягнутий.

**ПІДСІЧКА** (чоловіча). Рух виконується на одній нозі на глибокому присіданні. Другою ногою описати коло, підсікаючи попереду опорну ногу. У момент підсікання упертися долонями обох рук в підлогу, а ліву ногу відірвати від підлоги. Під час глибокого присідання на півпальцях лівої ноги коліна й носок спрямовані вперед. Права нога відведена праворуч і торкається підлоги внутрішньою стороною ступні, коліно вільне або злегка зігнуте. Корпус дуже нахилений вперед. Долоні обох рук упираються в підлогу на відстані плечей. Починаючи з ковзного руху каблука по підлозі, висунути праву ногу вперед; носок підняти вгору. Щоб дати змогу нозі описати півколо перед собою, відривати по черзі праву, потім ліву руку від підлоги і, пересуваючи ногу, опускати долоні на підлогу. Далі відсунути праву ногу назад ковзним рухом зовнішньої сторони ступні по підлозі і на сильну долю такту підбити ліву ногу попереду. В цей момент міцно упертися долонями в підлогу, переносячи вагу тіла на руки. Права нога рівномірно описує коло, ніде не затримуючись. Після підсікання ліва нога опускається на підлогу на півпальці, а права ковзним рухом носка по підлозі переводиться назад праворуч, закінчуючи повне коло (рис. 7).

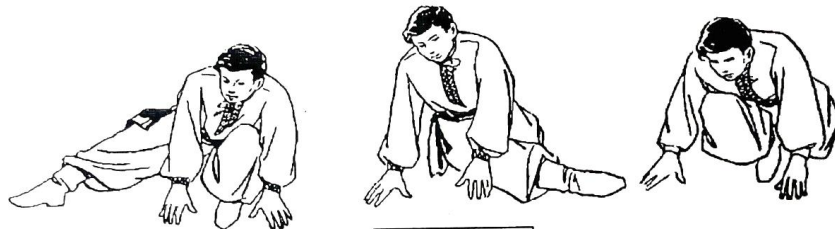
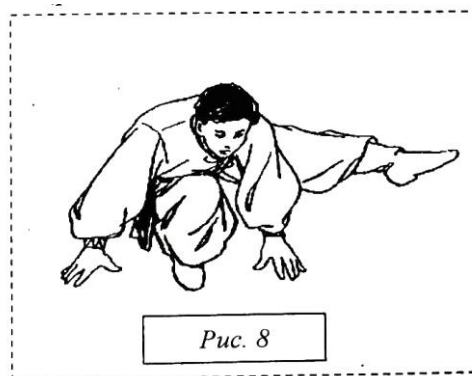


Рис. 7

**МЛИНОК** (чоловічий). Глибоко присідаючи на півпальцях правої ноги (можна і лівої), коліно і носок направити вперед. Грудьми обпертися об праве коліно. Ліву ногу витягнути назад так, щоб вона утворювала одну лінію з корпусом (ногу можна вивести не назад, а вбік). Відштовхуючись руками від підлоги, швидко крутитися на одній нозі; якщо опорною є права, крутитися слід за рухом годинникової стрілки, коли ж ліва, то навпаки, проти руху годинникової стрілки. Відштовхуватись від підлоги можна одночасно обома руками, а також по черзі : то правою, то лівою (рис.8).

### **ВЕЛИКІ СТРИБКИ**

**РОЗТЯЖКА В ПОВІТРІ** (чоловіча). Вихідне положення – перша, третя або шоста позиція ніг. На «раз» з ледь помітної «простої присядки», з силою відштовхнувшись, високо підстрибнути; на «два» різко, ривком відвести ноги, витягнуті в колінах з невитягнутим підйомом, в сторони. Долонями розведених у сторони рук зверху вдарити по носках, направлених догори. Корпус, допомагаючи рухові, сильно нахилиється вперед. На «раз» наступного такту опуститися на півпальці обох ніг, трохи присідаючи.



**ЩУПАК** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. Принцип виконання такий же, як і «розтяжка в повітрі». На «раз» з легенької «присядки» рвучко відштовхнутися від підлоги обома ногами; на «два» швидко винести вперед стулені до купи обидві ноги. Коліна і підйом ніг витягнуті. Долонями

рук дістати носки ніг. Корпус сильно нахилений вперед. На «раз» наступного такту опуститися на півпальці обох ніг, трохи присідаючи.

**ЯСТРУБ** (чоловічий). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На «раз» з легенької «простої присядки» рвучко відштовхнутися обома ногами в повітря; на «два» якомога більше підігнути в повітрі ноги з широко розведеними в сторони колінами і звести підошвами. Руки розведені в сторони, корпус нахилений вперед. Поза ніби імітує політ яструба.

**СТРИБКИ З ПЕРЕХРЕЩУВАННЯМ НІГ** (чоловічі). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту стрибок на ліву ногу праворуч, поставивши її навхрест попереду правої ноги. Праву ногу, зігнуту в коліні, ледь відвести назад, голову повернути праворуч; на «два» – стрибок на праву ногу праворуч. Ліву ногу, зігнуту в коліні, високо підняти вперед; на «і», відштовхнувшись обома ногами, високо підскочити, підхопивши ноги (коліна і ступні разом), голову повернути до центру кола. На «раз» другого такту опуститися із стрибка на півпальці обох ніг, коліна ледь зігнути; на «два» – пауза.

**СТРИБОК НА КОЛІНО** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» – крок правою ногою ліворуч навхрест попереду лівої ноги, відштовхнутись у повітря ліворуч, одночасно відвести ліву ногу ліворуч за рухом стрибка; на «два» з стрибка опуститися на праве коліно, а ліву ногу, зігнуту в коліні, залишити на всій ступні на підлозі попереду правої. Вагу корпусу розподілити на обидві ноги; на «і» піднятися у вихідне положення.

**СТРИБОК-ПРИСЯДКА** (чоловічий). Вихідне положення – перша позиція ніг. На «раз» – крок лівою ногою ліворуч, одночасно правою ногою зробити змах і стрибнути, повертаючи корпус ліворуч на 180. Під час стрибка підігнути в повітрі ноги, коліна розвести в сторони, п'ятки разом; на «два» глибоко присісти на півпальці обох ніг, коліна розвести в сторони, п'ятки разом. Потім все спочатку.



## **МАЛІ СТИБКИ**

**ПІДСКОКИ З ПОВОРОТОМ** (парний рух). Вихідне положення – третя позиція ніг, у хлопця ліва, а в дівчини права нога попереду. На «раз» хлопець робить невеликий підскік на правій нозі з поворотом праворуч. Дівчина робить невеликий підскік на лівій нозі також з поворотом праворуч; на «і» хлопець переступає на ліву ногу з поворотом праворуч (переступаючи з ноги на ногу, треба робити невеликий підскік); на «два» хлопець переступає на праву ногу з поворотом праворуч, одночасно зігнути в коліні ліву ногу виносить назад; на «і» – рух починається з іншої ноги.

**ПІДСКОКИ З ВІДСТАВЛЯННЯМ НОГИ НА П'ЯТКУ** (спільні для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» – підскік на лівій нозі, праву поставити на п'ятку вперед; на «і» – знову підскік на лівій нозі, праву підняти перед собою поряд з лівою на 45, коліно зігнути; на «два» перескочити на праву ногу, ліву ногу підняти в повітря поряд з правою на 45, коліно зігнути; на «і» – пауза. Далі все спочатку, але з іншої ноги.

**ПІДСКІК З ОБЕРТОМ** (жіночий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і», злегка присівши на обох ногах, підстрибнути на правій нозі. Одночасно ліву ногу, зігнувши в коліні, відірвати від підлоги і повернутися праворуч на 180; на «раз» – притуп лівою ногою; на «і» – притуп правою ногою; на «два» – притуп лівою ногою; на «і» – пауза. На другий такт рух починається з лівої ноги, причому поворот робиться праворуч. Так само рух виконується з другої ноги.

**КРОК-ПІДСКІК** (жіночий). Вихідне положення – третя позиція ніг. На затакт «і» трохи присісти за третьою позицією; на «раз» – невеликий стрибок вперед, ніби перестрибуючи через низьку перешкоду, з поворотом корпусу праворуч на 180, а ліву ногу, зігнути в коліні, відкинути невисоко назад; на «і» – пауза. На «два» перескочити на ліву ногу, повернувши корпус праворуч на 180, а праву, зігнути в коліні, відкинути назад; на «і» – пауза. Так само рух виконується з другої ноги.

**ВАРІАНТ КРОКУ-ПІДСКОКУ З ОПУСКАННЯМ НА КОЛІНО**

(жіночий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і» злегка присісти на обох ногах; на «раз» злегка підстрибнути на правій нозі в правий бік, одночасно ліву ногу, зігнуту в коліні, відкинути назад і опустити на носок п'ятою догори; на «і» – пауза; на «два» – опуститися на ліве коліно. Корпус прямий, голова нахилена вниз. Обидві руки знаходяться на правому коліні. Так само рух виконується з другої ноги.

**ОБЕРТ У СТРИБКУ** (чоловічий). Вихідне положення – перша позиція ніг, руки опущені вниз. На «раз» першого такту – крок вперед правою ногою. Одночасно корпус повернути на 180 і стати спиною до центру сцени. Вагу тіла перенести на праву ногу, ліва, витягнута в коліні, залишається на носку; на «два» простягти ліву ногу, відірвавши її від підлоги, різко винести в повітрі вперед на висоту 45, підскачівши на ній. Одночасно повернутися на 180 через праве плече і стати на лівій нозі обличчям до центру сцени. Права нога, зігнута в коліні, відокремлена від підлоги, знаходиться біля кісточки лівої. Руки опущені вниз. На «раз» другого такту праву ногу з ударом всією стопою об підлогу поставити позаду лівої, в третю позицію. Корпус повернути лівим плечем до центру сцени; на «два» ліву ногу, ледь відірвавши від підлоги, з ударом поставити на підлогу в третю позицію попереду. Руки, стиснуті в кулаки, покласти на талію. Голову повернути до дівчини.

**СТРИБОК З УДАРОМ ПО ХАЛЯВІ** (чоловічий), вид дрібушки. Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки розведені в сторони на рівні плечей. На затакт «і» , злегка присідаючи на обох ногах, зробити маленький стрибок; на «раз» опуститися на всю ступню обох ніг за першою позицією, злегка присідаючи; на «і» підскачити на лівій нозі, одночасно піднімаючи зігнуту праву ногу трохи праворуч, і вдарити правою рукою по внутрішній стороні халяви правого чобота; на «два» опуститися на всю ступню обох ніг за першою позицією, злегка присідаючи; на «і» підскачити на правій нозі, одночасно

піднімаючи зігнуто ліву ногу в коліні ліворуч, і вдарити лівою рукою по внутрішній стороні халяви лівого чобота.

**СТРИБОК З ВІДСТАВЛЯННЯМ І ПЕРЕХРЕЩУВАННЯМ НІГ** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. Руки – на талії. На «раз» з легкого підскоку опуститися на ліву ногу, праву ногу відвести праворуч, поставивши її на носок паралельно до ступні лівої. Руки розведені в сторони на рівні плечей, долонями вгору; на «два» підскочити на лівій нозі, витягнуто праву перенести навхрест перед лівою ногою, поставивши її на півпальці. Кісті рук повернути долонями вниз.

**ВЕРТУШКА** (жіноча). Вихідне положення – шоста позиція ніг. Руки ледь відведені в сторони, в руках – стрічки. На «раз» першого такту піднятися на високі півпальці і зробити легкий стрибок, повертаючись на 90; на «два» – легкий стрибок, з поворотом на 90. На «раз» другого такту – стрибок на низькі пальці обох ніг, закінчуючи повний оберт; на «два» – пауза.

### **ГОЛУБЦІ.**

**НИЗЬКИЙ ГОЛУБЕЦЬ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» – крок правою вперед всією ступнею, злегка присідаючи, носок спрямований вперед. Ліву ногу підняти ліворуч, коліна й підйом вільні; на «і», підскочивши на правій нозі, легко підбити нею в повітрі ліву, яка підскакує трохи вище в сторону. Удар робиться внутрішньою стороною ступні об ступню, коліна вільні; на «два» опуститися з підскоку на всю ступню правої ноги, злегка присідаючи. Ліва нога залишається піднятою вбік; на «і» – пауза. Так само рух виконується з лівої ноги. Голова трохи повертається в сторону піднятої ноги, корпус злегка нахилиється у протилежному напрямку.



**НИЗЬКИЙ ГОЛУБЕЦЬ З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На перший такт – те, що й у попередньому русі. На другий такт «потрійний притуп», який починається з лівої ноги.

**ВИСОКИЙ ГОЛУБЕЦЬ** (чоловічий). Вихідне положення – перша, третя або шоста позиція ніг. На «раз» – невеликий крок лівою ногою вперед на всю ступню, трохи присідаючи, і з неї почати стрибок. Праву ногу, витягнуту в коліні та підйомі, різко підняти праворуч на 90. Корпус трохи нахилити ліворуч, голову тримати піднятою і повернути до правого плеча, в сторону піднятої ноги; на «і», сильно відштовхнувшись зігнути обидві ноги в повітрі і, підтягнувши стопу лівої ноги до піднятої правої, вдарити підошвою об підошву.

**КРОК З ГОЛУБЦЕМ** (галоп) (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і» піднятися на низькі півпальці обох ніг; на «раз» праву ногу відвести праворуч і поставити на низькі півпальці, коліна трохи зігнути; на «і» лівою ногою з невеличкого підскоку підбити праву ногу, вдаряючи каблуком об каблук, і опуститися на низькі півпальці лівої ноги на місце правої, яку слід злегка відкинути праворуч; на «два» – боковий крок правою ногою ліворуч, як на «раз»; на «і» лівою ногою підбити праву ногу, як

на попереднє «і». Крок робиться з правої ноги праворуч, з лівої – ліворуч, з просуванням по прямій лінії і по колу.

**ПІДБИВКА** (чоловіча). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На «раз» – невеличкого стрибка опуститися на праву ногу вперед праворуч, коліно правої ноги зігнути. Одночасно ліву ногу трохи відвести назад, зігнувши її в коліні. Корпус нахилити до правої ноги; на «два» перестрибнути на ліву ногу, підбивши нею праву, випрямлену в коліні. Праву ногу винести вперед трохи праворуч. Корпус відхилити назад.

### **ТИНКИ.**

**МАЛИЙ ТИНОК** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду. На затакт «і» злегка присісти на ліву ногу, піднімаючи не високо вперед праву, вільну в коліні; на «раз» перескочити на праву ногу вперед, коліно злегка зігнути. В момент перескоку права нога трохи відводиться праворуч, описуючи в повітрі невелику дугу. Ліва нога висока піднімається вперед, коліно вільне, підйом витягнутий, але не напружений; на «і» ступити лівою ногою на півпальці попереду і навхрест правої ноги; на «два» поставити праву ногу позаду лівої на всю ступню, злегка згинаючи її в коліні. Ліву ногу підняти невисоко вперед.

Так само рух виконується з лівої ноги.

**СЕРЕДНІЙ ТИНОК** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя позиція ніг. Виконується так само, як і «малий тинок», але в повітрі описують дугу і роблять значно ширші підскоки з ноги на ногу.

**ВЕЛИКИЙ ТИНОК** (чоловічий). Виконується так само, як і попередні «тинки», але в повітрі описують дугу і роблять з ноги на ногу дуже широкий підскік, начебто перестрибують тин (звідси походить назва руху).

**ПРИПАДАННЯ З ВЕЛИКИМ ТИНКОМ В ПОВОРОТІ** (чоловіче). Вихідне положення – третя позиція ніг. На «раз» першого такту – різкий крок правою ногою вперед навхрест лівої ноги на всю ступню, легенько присідаючи. Корпус круто повернути правим плечем вперед і нахилити до правої ноги,

голову нахилити вперед. Ліву ногу відірвати ззаду від підлоги, зігнути в коліні; на «два» опуститися на всю ступню лівої ноги, поставивши її позаду правої, легенько присідаючи на неї. Праву ногу підняти вперед, зігнути в коліні. Корпус різко випрямити; на «і», сильно відштовхнутись, зробити поворот у повітрі праворуч. Під час стрибка за правою ногою високо підняти ліву, зігнути в коліні. Коліно спрямувати вперед. На «раз» другого такту «повний оберт» обличчям до глядача й опуститись а праву ногу, трохи присідаючи. Ліву ногу залишити в повітрі, зігнути коліно спрямувати вперед. Корпус випрямити; на «і» переступити на півпальці лівої ноги, поставивши її перед правою, носок спрямувати вперед, коліно вільне. Праву ногу трохи відірвати від підлоги; на «два» переступити на всю ступню правої ноги на місце ззаду лівої; коліно вільне. Корпус випрямити і повернути лівим плечем до глядача. Далі рух продовжувати з лівої ноги, з повним обертом ліворуч під час виконання «тинка» .

### **ДРІБУШКИ.**

**ПРИБИВКА, або ПРИБІЙ** (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення шоста позиція ніг. На затакт «і» присісти на лівій нозі, одночасно праву згинаючи в коліні відірвати від підлоги; на «раз» акцентуючи, всією ступнею ударити об підлогу. Руки можуть бути в різних положеннях.

Прибивки можуть бути подвійні і потрійні. Вони виконуються однією ногою. В залежності від того, як високо вгору піднімається нога і від сили удару нею об підлогу, в народі цей рух називають малий або великий «прибій».

**ПОТРІЙНИЙ ПРИТУП** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення шоста позиція ніг. На «раз» притупнути всією ступнею правої ноги; на «і» притупнути вією ступнею лівої ноги; на «два» притупнути всією ступнею правої ноги; на «і» пауза. Рух можна робити як на місці, так і просуваючись вперед. Руки можуть бути в різних положеннях.

**ТРОПАК З ПРОСОВУВАННЯМ ВПЕРЕД** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення шоста позиція ніг. На «раз» – невеликий крок

правою ногою вперед; на «і» вдарити ступнею лівої ноги поряд з правою, не переносючи на неї вагу корпусу; на «два» – крок лівою ногою вперед; на «і» вдарити ступнею правої ноги поряд з лівою.

**ТРОПАК З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення шоста позиція ніг. На «раз-і-два-і» першого такту – тропак з просовуванням вперед; на «раз-і-два» другого такту - «потрійний притуп» .

**ДРІБУШКИ НА МІСЦІ З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення шоста позиція ніг. На «раз» першого такту - невеликий крок правою ногою праворуч; на «і» ударити об підлогу ступнею лівої ноги поряд з правою; на «два» невеликий крок лівою ногою ліворуч; на «і» ударити об підлогу ступнею правої ноги поряд з лівою. На «раз-і-два» наступного такту - «потрійний притуп» .

**ПОДВІЙНА ДРІБУШКА** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення шоста позиція ніг. На «раз» – невеликий крок правою ногою праворуч; на «і» ударити об підлогу півпальцями лівої ноги поряд з правою; на «два» – знову невеликий крок правою ногою праворуч; на «і» ударити об підлогу всією ступнею лівої ноги поряд з правою. Повторити все в інший бік, починаючи рух з другої ноги.

**БОКОВИЙ КРОК З ПРИТУПОМ** (прибій) (чоловічий). Вихідне положення шоста позиція ніг. На «раз» першого такту - широкий крок правою ногою праворуч, поставити її на всю ступню, коліно випрямити; на «два» приставити ліву ногу до правої, поставивши її на всю ступню в шосту позицію, коліно випрямити. На «раз» другого такту акцентуючи, притупнути на місці правою ногою, поставивши її на всю ступню знову в шосту позицію. Перед притупом сильно зігнути її в коліні і підняти її так, щоб ступня проходила до рівня коліна лівої ноги («великий прибій»); на «і-два» – пауза; на «і» коротко притупнути на місці лівою ногою, піднявши її перед притупом до рівня кісточки правої (малий «прибій»). На «раз» третього такту коротко притупнути

на місці правою ногою, піднявши її перед притупом до рівня кісточки лівої; на «два» - пауза.

Руки можуть бути в різних положеннях.

**ТРОПІТКА** (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» ударити об підлогу всією ступнею лівої ноги перед правою; на «і» легко підстрибнути на низьких півпальцях правої ноги, ледве піднімаючи трохи зігнуту в коліні ліву ногу. На «два» легко тупнути лівою ногою і швидко вдарити правою поряд з лівою. Кожний удар робити на одну шістнадцяту; на «і» легко підскочити на низьких півпальцях лівої ноги, трохи піднімаючи праву ногу, зігнуту в коліні.

«Тропітку» можна виконувати однією ногою в один і той самий бік. На «раз» легко тупнути правою ногою поряд з лівою. Кожний удар робити на одну шістнадцяту; на «і» легко підскочити на лівій нозі, трохи піднімаючи праву; на «два-і» – те, що й на «раз-і». Руки можуть бути у різних положеннях.

**КРОК З ПРИСТУКОМ** (жіночий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» – невеликий крок правою ногою вперед, поставити її, пристукнувши на всю ступню; на «і» ліву ногу приставити до правої на півпальцях. Руки схрестити на грудях, корпус повернути то праворуч, то ліворуч.

**ДУБОНИ** (чоловічі). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» крок вперед лівою ногою, трохи зігнутою в коліні; на «і» удар-мазок підошвою правої ноги біля носка лівої. Коліно зігнути і спрямувати ліворуч. Вага корпусу – на лівій нозі; на «два» – невеликий підскік з рухом вперед на лівій нозі, праву в цей час вивернути коліном праворуч, підйом не витягувати; на «і» поставити праву ногу біля лівої ззаду в третю позицію.

**СТУКАЛОЧКА** (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» двічі вдарити правою ногою об підлогу, одночасно підняти ліву, трохи зігнуту в коліні; на «і» легко поставити ліву ногу, а праву



відірвати від підлоги. Потім зробити все спочатку. Руки можуть бути в різних положеннях.

**ЗАКАРПАТСЬКА ДРІБУШКА** (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту праву ногу поставити перед лівою навхрест на всю ступню, на лівій зробити маленький підскік; на «і» – великий підскік на лівій нозі, праву відірвати від підлоги і підняти; на «два» підскік на правій нозі, ліву залишити поряд з правою в повітрі, ліве коліно трохи зігнути. На другий такт - те, що й на перший, але з іншої ноги. Під час виконання руху, роблять невеликі повороти головою праворуч і ліворуч так, щоб на кінець кожного такту вона стояла прямо. Корпус злегка похитується.

**ПЕРЕСТУПАННЯ З ПІДСКОКОМ ПРАВОРУЧ** (спільне для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» поставити праву ногу попереду лівої навхрест; на «і» підскочити на лівій нозі; на «два» перескочити на праву ногу; на «і» підскочити на правій нозі. На другий такт виконати три перескоки з лівої ноги на праву.

**КАБЛУЧОК З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (жіночий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і» першого такту злегка присісти за шостою позицією; на «раз» – невеликий підскік на правій нозі, опуститися на ліву, коліно трохи зігнути, одночасно праву винести вперед на каблук; на «і» – пауза; на «два» – невеликий підскік на лівій нозі, опуститися на праву, коліно трохи зігнути. Одночасно ліву ногу винести на каблук; на «і» – пауза. На другий такт виконується «потрійний притуп».

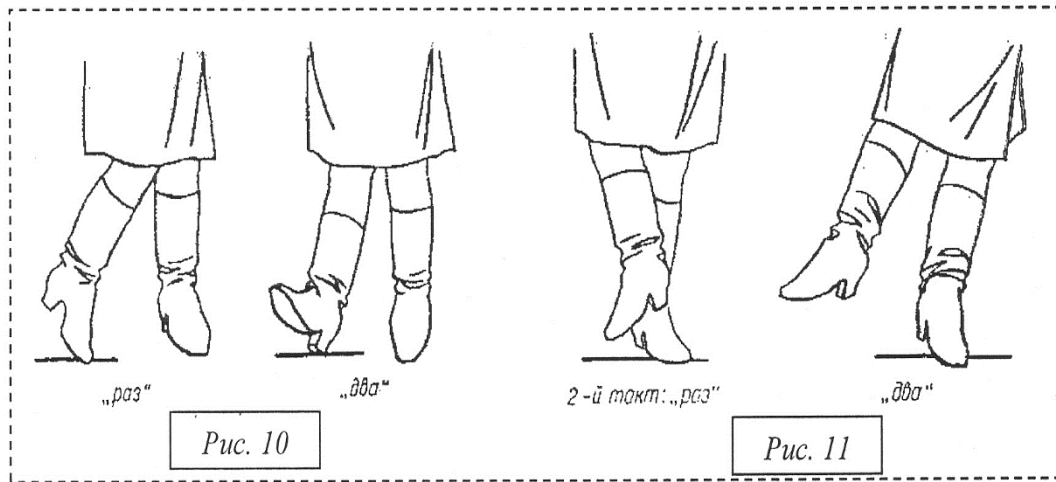
**ДРІБНИЙ КРОК** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту – крок правою ногою вперед з легким ударом півпальцями об підлогу; на «і» – крок лівою ногою вперед з легким ударом пальцями об підлогу; на «два-і» – те, що й на «раз-і». На «раз» другого такту – крок правою ногою вперед; на «і» – пауза; на «два» – стрибок на місці на півпальцях обох ніг; на «і» – пауза.

**ДРІБУШКА І КРОК З ПЕРЕХРЕЩУВАННЯМ НІГ** (спільні для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту пристукнути обома ногами об підлогу; на «і» підстрибнути на правій нозі, ліву злегка зігнути в коліні, відірвавши від підлоги; на «два» приставити ліву ногу до правої; на «і» – пауза. На «раз» другого такту – крок лівою ногою праворуч, перехрещуючи спереду праву ногу; на «і» праву ногу відірвати від підлоги; на «два» – підскік на лівій нозі; на «і» – пауза. На «раз» третього такту пристукнути правою ногою; на «і» пристукнути лівою ногою; на «два» пристукнути правою ногою; на «і» пристукнути лівою ногою. На четвертий такт повторюється те, що й на перший такт. Виконуючи рух третього і четвертого такту, можна зробити повний оберт через праве плече.

### **ВИХИЛЯСИ ТА ІНШІ СПІЛЬНІ РУХИ**

**ПРОСТИЙ ВИХИЛЯС** (колупалочка) (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На «раз» – легенький підскік на лівій нозі, одночасно праву ногу, трохи зігнути в коліні, вивернути п'яткою догори і поставити на носок праворуч від себе. Корпус трохи повернути вперед правим плечем. Можна також нахилитися вперед; на «два» – знову легенький підскік на лівій нозі, а праву ногу поставити на каблук носком догори на те місце, де стояв носок. Корпус вирівнюється. На наступний такт все повторюється з другої ноги (рис.10).

**ВИХИЛЯС З ВИГІНАННЯМ НОГИ** (жіночий). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На перший такт роблять «простий вихиляс» починаючи рух з правої ноги. На «раз» другого такту – легкий підскік на лівій нозі, одночасно праву ногу трохи зігнути в коліні, відведеному праворуч, підвести ступнею до кісточки лівої ноги. Підйом витягнутий, носок правої ноги не торкається підлоги; на «два» – легкий підскік на лівій нозі, а праву відвести в сторону, випрямивши коліно і витягнувши підйом. На наступні два такти повторити все спочатку з другої ноги (рис. 11).



**ВИХИЛАС З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг. На «раз-два» першого такту – «вихиляс простий». На «раз-і-два» другого такту – «потрійний притуп».

**ВІРЬОВОЧКА** (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя позиція ніг, права нога попереду. На затакт «і» з ледь помітним підскоком прослизнути вперед на низьких півпальцях лівої ноги, коліно вільне. Праву ногу зігнути в коліні, підняти попереду лівої і перевести назад за ліву ногу; коліно спрямувати вбік і трохи вперед, підйом витягнути, але не напружувати; на «раз» опустити праву ногу на низькі півпальці позаду лівої в третю позицію; коліно вільне або злегка зігнуте; на «і» з трохи помітним підскоком прослизнути вперед на правій нозі. Ліву ногу підняти вперед і перевести назад за праву ногу, як на затакт «і», на «два» опустити ліву ногу на низькі півпальці позаду правої, як на «раз».

**ПЛЕТІНКА**, або переступчик (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» – широкий крок правою ногою вперед ліворуч, тобто праву ногу поставити навхрест лівої. Коліна злегка зігнути; на «і» – невеликий крок лівою ногою ліворуч; на «два» – невеликий крок правою ногою ліворуч ззаду навхрест лівої. Коліна злегка зігнути. Цей рух можна

робити з легеньким підскоком на «раз-два»; на «і» ліву ногу поставити поряд з правою у вихідне положення.

**ПРИПАДАННЯ З ПОТРІЙНИМ ПРИТУПОМ** (в основному для жінок).

Вихідне положення-третя позиція ніг. На «раз» першого такту зробити крок правою ногою вперед і, ніби падаючи з носка на всю ступню, легенько присісти на неї. Ліву ногу зігнути в коліні, в цей час відірвати від підлоги ззаду навхрест правої. Корпус нахилити вперед плечем до правої ноги; на «два» ступити лівою ногою, а праву підвести невисоко вперед праворуч, випрямивши корпус. Другий такт – «потрійний притуп», який починають з правої ноги.

**КАЧАЛОЧКА** (чоловіча). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і» глибоко присісти на півпальцях обох ніг. Праву ногу винести в сторону, корпус трохи нахилити ліворуч. При цьому виконавець зберігає рівновагу, впираючись лівою ногою об підлогу. Права рука відведена в сторону. На «раз» різко змінити положення ніг і рук, перескочивши на праву ногу та праву руку; на «і» – пауза. Рух продовжується далі.

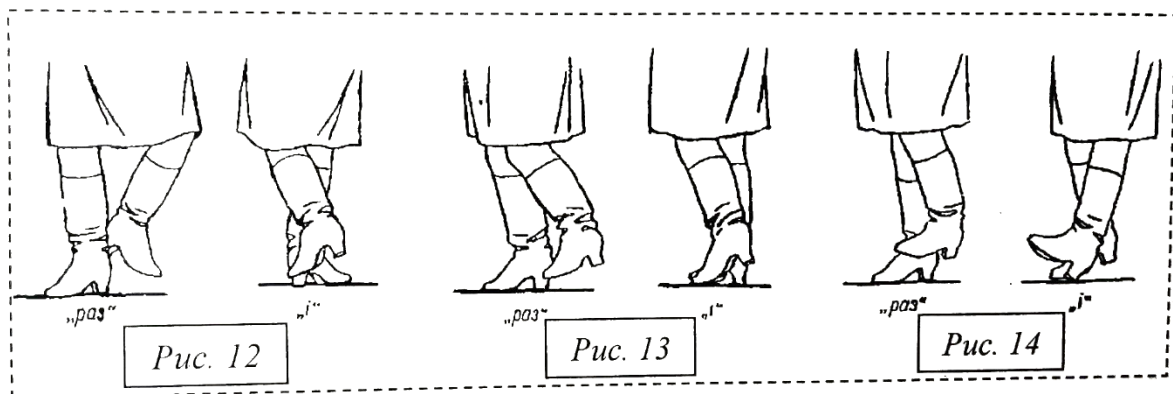
**ВИХИЛЯС (КОЛУПАЛОЧКА) З СТИБКОМ** (чоловічий). Вихідне положення – перша позиція ніг. Руки відведені в сторони, кісті стиснуті в кулаки. На «раз-і-два» першого такту виконується «простий вихиляс». На «раз» другого такту трохи присісти на обох ногах; на «два» – стрибок на обох ногах. Ноги підтягуються і викидаються одночасно назад праворуч або назад ліворуч. Потім рух повторюється, але вже з другої ноги.

**ДОРІЖКИ (ПРИПАДАННЯ) ПРОСТА ДОРІЖКА** (спільна для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя позиція ніг. На «раз» – невеликий злегка «виворітний» боковий крок правою ногою праворуч на всю ступню, трохи присідаючи. Ліву ногу відірвати від підлоги і наблизити ступнею ззаду до правої, трохи нижче кісточки; коліна злегка зігнути і спрямувати вбік, підйом вільний; на «і» ліву ногу опустити позаду правої на півпальці, злегка випрямляючи її в коліні (рис. 12).

**ВАРІАНТ ДОРІЖКИ НА НОСОК** (спільний для жінок і чоловіків).

Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» – невеликий крок правою ногою вперед на всю ступню, трохи зігнувши її в коліні; на «і» ліву ногу поставити на півпальці поряд з носком правої, коліно зігнути. Коліно правої ноги випрямити. Корпус прямий або повертається праворуч та ліворуч (рис. 13).

**ВАРІАНТ ДОРІЖКИ НА КАБЛУКУ** (спільний для жінок та чоловіків).



Вихідне положення – шоста позиція ніг. Виконується все те, що й у «варіанті доріжки на носок», тільки на «і» ліву ногу поставити на каблук (рис.14).

**ПЛЕТЕНА ДОРІЖКА** (жіноча). Вихідне положення – третя позиція ніг.

На «раз» крок правою ногою вперед навхрест лівої ноги на всю ступню, трохи присідаючи. Каблук лівої ноги відірвати від підлоги; на «і» – невеликий крок лівою ногою ліворуч на всю ступню, коліно вільне; на «два» – крок правою ногою назад навхрест лівої ноги на півпальцях, трохи присідаючи; на «і» – невеликий крок лівою ногою ліворуч на всю ступню, коліно вільне. При кроці правою ногою вперед, корпус трохи повернути правим плечем вперед, голову нахилити до правого плеча, при кроці правою ногою назад корпус трохи повернути лівим плечем вперед, голову нахилити до лівого плеча.

**ТАНЦЮВАЛЬНІ БІГИ.**

**ПРОСТИЙ БІГ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – третя або шоста позиція ніг.

На «раз» – стрибок вперед на півпальці правої ноги, одночасно ліву ногу відірвати від підлоги, трохи зігнувши її в коліні; на

«і» – стрибок вперед на півпальцях лівої ноги, одночасно праву ногу відірвати від підлоги, зігнувши її в коліні.

**БІГУНЕЦЬ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і», злегка присівши на лівій нозі і піднімаючи невисоко вперед праву, вільно в коліні, зробити широкий, стрімкий крок правою ногою вперед, ніби пролітаючи в довжину. На «раз» опуститися на всю ступню правої ноги; коліно трохи зігнути, носок витягнути вперед у напрямку руху. Ліву ногу, вільну в коліні, відірвати від підлоги; на «і» – невеликий стрімкий крок лівою ногою вперед на низьких півпальцях; на «два» – невеликий стрімкий крок правою ногою вперед на низьких півпальцях; на «і» - широкий стрімкий крок лівою ногою, як на затакт «і». Так само рух виконується починаючи з другої ноги.

**БІГ З ПІДСКОКОМ** (спільний для жінок і чоловіків). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На «раз» першого такту – крок правою ногою вперед; на «і» ковзнути вперед з невеликим підскоком на правій нозі. Одночасно ліву ногу відірвати від підлоги і, зігнувши в коліні, ледь відвести назад; на «два» – крок вперед лівою ногою; на «і» – виконати те, що й на попереднє «і».

**БІГ З ПІДСКОКОМ І ПРОБІЖКОЮ** (спільний для жінок і чоловіків). На «раз-і-два-і» першого такту виконується «біг з підскоком». На «раз-і-два-і» другого такту виконати чотири простих танцювальних біги.

**БІГ З ПІДСТРИБУВАННЯМ** (чоловічий). Вихідне положення – шоста позиція ніг. На затакт «і» трохи присісти на правій нозі, а ліву зігнути в коліні, підняти високо вперед; на «раз» – стрибок вперед на ліву ногу, одночасно праву зігнути в коліні, високо підняти вперед; на «і» широкий крок правою ногою вперед, трохи зігнувши її в коліні; на «два» – широкий крок лівою ногою вперед, трохи зігнувши її в коліні; на «і» підняти високо вперед зігнути к коліні праву ногу, не випрямляючи лівої. Потім рух повторюється з лівої ноги.

За матеріалами сайтів:

1. Українські народні танці. – Режим доступу : <http://narodni.com.ua/unt/основні-рухи-українських-народних-танців>.
2. Хореографічна освіта. Український центр культурних досліджень. 1994-2013. – Режим доступу : [http://www.culturalstudies.in.ua/knigi\\_15\\_13.php](http://www.culturalstudies.in.ua/knigi_15_13.php).
3. Танцевальный словарь. Бальные танцы. Диско. Брейк- данс. Хип-хоп. – Режим доступа : <http://dance123.ru/>

### **ТАНЦЮВАЛЬНІ РУХИ ТА ПОЗИЦІЇ.**

**ВИХІДНЕ ПОЛОЖЕННЯ** – поза, яку приймають виконавці перед початком танцю.

**ПОЗА** - фіксація положення тіла виконавця у танці.

**ПОЗИЦІЯ** – чітко визначене положення ніг або рук у танці. У побутовому танці під словом «позиція» мається на увазі позиція ніг. На відміну від класичної хореографії позиції ніг у побутовому танці напіввиворітні, у них відсутня п'ята позиція, але використовується шоста.

**ХІД** – типова хода до якого-небудь танцю, основний елемент, який визначає характер пересування в танці.

### **ЕЛЕМЕНТИ КЛАСИЧНОГО ТАНЦЮ**

**ADAGIO** (адажіо)- повільно, спокійно; повільна частина уроку чи танцю, де особливо велике значення надається виразності виконання рухів корпусу, рук голови.

**ALLEGRO** (алегро) – швидко; хореографічна композиція (варіація), або частина уроку, якій притаманне технічне виконання стрибків, дрібних рухів.

**ALLONGE** (альонже) – продовжений, витягнений. Прийом у класичному танці, заснований на розпрямленості закруглених поз і позицій, що надає танцю «леткості». Виконання позицій рук витягненими від пальців до плеча.

**ARRONDI** (арронди) – округлений, заокруглений. За принципом arrondi визначені позиції рук, що заокруглені від плеча до пальців.

**APLOMB** (апломб) – стійкість.

**ARABESQUE** (арабеск) – поза, назва якої виникла від стилю арабських фресок.

**ASSEMBLE** (асамбле) – з'єднувати, збирати; стрибок з двох ніг на дві, під час якого у повітрі збираються витягнені ноги.

**ATTITUDE** (аттіюд) – поза, під час виконання якої піднята нога трохи зігнута у коліні.

**BALANCE, PAS** (па бальянсе) – погойдування з боку в бік.

**BALANCOIRE** (бальянсуар) – гойдалка; погойдування ноги вперед - назад через першу позицію.

**BALLONNE, PAS** (па бальоне) – роздувати; просування виконавця під час стрибка в різних напрямках і позах з сильно витягнутими ногами, а під час приземлення згинанням однієї ноги у положення *sur le cou-de-pied*.

**BALLOTTE, PAS** (па бальоте) – гойдання вперед - назад.

**BASQUE, PAS DE** (па де баск) – назва руху басків.

**BATTEMENT** (батман) – відведення, розмах биття.

**BATTEMENT DEVELOPPE** (батман девльопе) – розкривати; розгортання ноги на 90 в різних напрямках.

**BATTEMENT DEVELOPPE TOMBE** (батман девльопе томбе) – розгортання ноги з наступним падінням на неї.

**BATTEMENT DOUBLE FRAPPE** (батман дубль фрапе.) – відведення ноги з наступним подвійним ударом стопою працюючої ноги у положенні *sur le cou-de-pied*.

**BATTEMENT FONDU** (батман фондю) – м'яке, плавне, тануче відведення ноги.

**BATTEMENT FRAPPE** (батман фрапе) – відведення ноги з наступним ударом стопою працюючої ноги у положення *sur le cou – de – pied*.

**BATTEMENT SOUTENU** (батман сутеню) – рух із збиранням ніг у п'яту позицію.



**BATTEMENT TENDU** (батман тандю) – відведення та приведення витягнутої ноги.

**BATTERIE** (батрі) – барабанний бій; удар однією ногою іншу; безперервне биття стопою працюючої ноги у положенні *sur le sou – de – pied*.

**BOURREE, PAS DE** (па де буре) – акцентований танцювальний крок, переступання з невеликим просуванням.

**BOURREE EN TOURNANT, PAS DE** (па де буре ан турман) – переступання у повороті.

**BRISE** (брізе) – розбивати, дробити; рух з розділу заносок.

**CABRIOLE** (кабріоль) – стрибок на місці, (стрибок «козеняти» ); стрибок з підбиванням однією ногою іншу.

**CHANGEMENT DE PIEDS** (шанжман де п'є) – стрибок з двох ніг на дві з переминою ніг у повітрі.

**CHASSE, PAS** (па шассе) – гнати, підгоняти; подвійний ковзаючий крок з підбівкою.

**CHAT, PAS DE** (па де ша) – «котячий» крок; стрибок, який підкреслюється легким пригинанням корпусу і м'яким рухом рук.

**CISEAUX, PAS DE** (па де сізо) – ножиці; стрибок під час якого ноги поперемінно відкриваються вперед.

**COUPE, PAS** (па купе) – підбівка; короткий поштовх.

**COURU, PAS** (па курю) – дрібні переступання, пробіжка за першою прямою позицією, один із основних кроків танцю «мазурка» .

**CROISEE** (круазе) – поза схрещена, закрита.

**DEGAGE** (дегаже) – звільняти, відводити.

**DEMI – PLIE** (демі пліє) – напівприсідання.

**DEUX, PAS DE** ( па де де) – танець двох виконавців, класичний дует танцюриста і танцюристки.

**DEVELOPPE** (девельопе) – розкривати.

**DESSUS – DESSUS** (десу – десу) – верхня – нижня частина, над – під; різновид рухів pas de bourree.

**DOUDLE – FLIC** (дубль флік) – подвійний ковзаючий рух ступнею «від себе» .

**DOS – A – DOS** (дозадо) – спиною до спини. В танцях (балетних фігурах) положення спиною один до одного.

**ECARTEE** (екарте) – поза, розгорнута вбік по діагоналі.

**ECHAPPE** (ешапе) – виривати; стрибок з розкриванням ніг – у другу позицію і закінченням у п'яту позицію.

**EFFACEE** (ефасе) – поза, відкрита, розгорнута.

**EMBOITE, PAS** (па амбуате) – вкладати; почергове викидання ніг уперед або назад під час стрибка.

**EN FACE** (ан фас) – прямо; пряме положення корпусу, голови і ніг.

**EN DEDANS** (ан дедан) – рух, спрямований по колу до себе.

**EN TOURNANT** (ан турнан) – обертатися; поворот корпусу під час руху.

**ENTRECHAT** (антраша) – стрибок із заноскою.

**EPAULEMENT** (епольман) – положення плечей.

**FAILLI, PAS** (па фаї) – прохідний рух.

**FLIC – FLAC** (флік – фляк) – звуконаслідування ковзаючого по підлозі руху ступні.

**FLIC – FLAC EN TOURNANT** (флік – фляк ан турнан) – ковзаючий рух, мазок ступнею у повороті.

**FOUETTE** (фуете) – сікти, стьобати; вивернутися, наче від удару хлистом.

**GALOPER** (галоп) – ганятися, переслідуватися, скакати, мчати.

**GLISSADE, PAS** (па гліссад) – ковзний рух; стрибок при якому носки ніг майже не відриваються від підлоги.

**GRAND** (гран) – великий.

**GRAND DATTEMENT JETE** (гран батман жете) – великий кидок ногою на 90 градусів.

**GRAND BATTEMENT JETE BALANCOIRE** (гран батман жете бальянсуар) – великий кидок ногою з погойдуванням вперед – назад через першу позицію.

**GRAND PLIE** (гран пліє) – глибоке присідання.

**JETE** (жете) – кидати; кидок ноги на місці або із стрибком; вид стрибка.

**JETE EN TOURNANT** (жете ан турнан) – кидок у повороті.

**JETE ENTRELACE** (жете антрелясе) – перекидний стрибок.

**JETE FERME** (жете ферме) – закритий стрибок.

**JENE PASSE** (жете пассе) – прохідний стрибок.

**PAS** (па) – крок; рух або комбінація рухів.

**PASSE** (пассе) – проводити, проходити; зв'язуючи рух; проведення або переведення ноги.

**PETIT BATTEMENT SUR LE COUP – DE – PIED** (пті батман сюр ле ку – де – п'є) – невелике відведення ноги від і докісточки опорної ноги.

**PIROUETTE** (пірует) – дзига; вертіння на місці.

**PLIE** (пліє) – присідання.

**POINTE** (пуанте) – пуант, носок, пальці.

**PORT DE BRAS** (пор де бра) – вправа для рук, корпусу, голови; нахилання корпусу в координації з руками і головою.

**PREPARATION** (препарасьон) – підготовка до руху.

**QUATRE, PAS DE** (па де катр) – танець чотирьох виконавців, класичний квартет.

**RELEVE** (релеве) – піднімання на півпальці.

**RELEVE LENT** (релеве лян) – повільне піднімання ноги на 90 градусів.

**RENVERSE** (ранверсе) – рух в повороті, під час якого корпус закидають назад.

**REVOLTADE** (револьтад, франц., від італ. Rivoltare – перевертати), стрибок, під час якого виконавець перестрибує через підняту ногу з одночасним поворотом у повітрі.

**RONDE DE JAMBE PAR TERRE** (рон де жамб пар тер) – коло ногою по підлозі, по землі.

**SAUT DE BASQUE** (со де баск) – стрибок басків; стрибок з однієї ноги на другу з поворотом корпусу у повітрі.

**SAUTE** (соте) – стрибок на місці.

**SISSONNE, PAS** (па сіссон) – стрибок.

**SISSONNE FERMEE** (сіссон ферме) – закритий стрибок.

**SISSONNE OUVERTE** (сіссон уверт) – відкритий стрибок.

**SISSONNE SIMPLE** (сіссон сампль) – простий стрибок.

**SISSONNE TOMBE** (сіссон томбе) – падаючий стрибок.

**SOUTENU** (сутеню) – утягувати; утягування ніг у п'яту позицію.

**SOUTENU EN TOURNANT** (сутеню ан турнан) – утягування ніг у п'яту позицію у повороті.

**SUR LE COU – DE – PIED** (сюр ле ку де пье) – положення однієї ноги на кісточці другої – опорної ноги.

**TEMPS LEVE SAUTEE** (тан леве соте) – стрибок з двох ніг на дві за відкритими позиціями.

**TEMPS LIE** (тан тіє) – зв'язане за часом; зв'язуючий, плавний рух; злиті рухи.

**TIR – BOUCHON** (тір бушон) – закручувати, завивити; «штопор»; поза, під час виконання якої піднята вперед нога трохи зігнута у коліні.

**TOUR** (тур) – поворот.

**TOUR CHAINE** (тур шене) – зв'язаний; поворот «ланцюжком»; повороти з просуванням на переступаннях.

**TOUR EN L`AIR** (тур ан лер) – поворот у повітрі.

**TROIS, PAS DE** (па де трау) – танець трьох виконавців, класичне тріо, двох танцюристок і одного танцюриста.

## ГЛОСАРІЙ (МУЗИЧНО-ХОРЕОГРАФІЧНІ ТЕРМІНИ)

**АДАЖІО** (італ. Adagio – повільно, спокійно) – 1. Повільний темп. 2. Частина твору (симфонії, концерту, сонати, квартету), яка написана в повільному темпі та має характер глибокого роздуму. 3. Повільний ліричний танець в класичному балеті.

**АЛЕГРО** (італ. Allegro – веселий, жвавий) – 1. Швидкий, жвавий темп. 2. Частина твору (сонатне алегро в симфонії, концерті, сонаті тощо). Найчастіше – перша частина. 3. Умовна назва п'єси, написаної в темпі алегро, але позбавленої спеціальної назви.

**АЛЕМАНДА** (фр. Allmanda – німецька) – величний та плавний танець німецького походження з помірним темпом, поширений в XVI – XVIII ст. Розмір 4/4. Як елемент класичної музичної форми зустрічається в перших частинах сюїт Й. Ф. Генделя та інших композиторів того часу.

**АНГЛЕЗ** (від фр. Anglaise – англійська) – загальна назва народних танців англійського походження – дво – та чотиридольних контрдансів, три- та дводольних хорнпайпів. За музикою близький до екосезу, за формою – до ригодону.

**АНДАНТЕ** (іт. Andante – йти помірним, повільним кроком) – 1. Такий темп, що відповідає рівномірно повільному кроку. 2. Частина музичного твору, написаного в темпі andante. 3. Умовна назва п'єси, яка написана в помірному темпі, але не має спеціальної назви.

**АНСАМБЛЬ** (фр. Ensemble – спільно, разом) – 1. Група виконавців, які виступають спільно (дует, тріо, квартет, секстет тощо). 2. Узгодженість, стройність виконання в музиці, хореографії тощо. 3. Завершений номер з опери, ораторії, кантати для групи співаків з супроводом або без нього. 4. Великий виконавський колектив (ансамбль пісні і танцю; ансамбль класичної музики та ін.).

**АНТРАКТ** (від фр. Entre – між і acte– дія) – 1. Перерва між актами вистави або відділами концерту. 2. Музичний вступ до дій театральної вистави.

**АРКАН** – гуцульський народний чоловічий танець, за легендою – швидкий танець. Музичний розмір 2/4.

**БАЛЕТ** (фр.Ballet, від лат.Ballo – танцюю) – 1.Музично-хореографічна вистава, де художній зміст, думки та почуття дійових осіб розкриваються засобами музики, танцю і пантоміми. 2. Музичний художній твір, призначений для розкриття змісту засобами хореографії та пантоміми. 3. Танцювальна сцена з опери або драматичної вистави. 4. Творчий колектив митців, який здійснює постановку балетів та балетних сцен.

**БАЛЕТМЕЙСТЕР** (нім.Balletmeister) – автор – режисер – хореограф, постановник балетів, танців та хореографічних сцен в операх, оперетах, драматичних виставах та концертах.

**БАЛЬНИЙ ТАНЕЦЬ** – сучасна назва танців, призначених для масового виконання на вечорах відпочинку, танцювальних майданчиках та побутових вечірках тощо. Широкої популярності набули у Франції XVI- XVII ст. (гальярда, куранта, павана). Улюблені бальні танці другої половини XVII ст. – алеманда, буре, гавот, жига, менует, сарабанда, чакона. У XVIII ст. поширюється екосез, контрданс, лендлер, мюзет, ригодон, в XIX ст. – галоп, канкан, лансьє, мазурка, полонез, полька, а з середини XIX ст. найпопулярнішим бальним танцем став вальс, який зберіг своє домінування і в XX ст., коли визнання здобули бостон, фокстрот, танго, румба, самба, квік-степ, ча-ча-ча, твіст, летка-єнка, ліпсі та багато інших.

**БАРИНЯ** – сольний або парний російський народний танець. Темп жвавий, завзятий. Музичний розмір 2/4. Назва походить від одного з варіантів приспіву пісні, яка супроводжує танець («Сударыня – барыня»). За формою, мелодія барині нестійка, під час виконання музиканти варіюють її, прикрашаючи віртуозними пасажами.

**БЕГІН** (англ. Beguine – починати) – танець латиноамериканського походження, який має спільні риси з румбою та танго. Розмір 4/4, темп – помірний.

**БОЛЕРО** (ісп. Bolero) – 1. Іспанський парний народний танець. Музичний розмір –  $\frac{3}{4}$  з характерною ритмічною фігурою, яка підкреслюється ударами кастаньєт. Темп – помірно швидкий з поступовим прискоренням. В формі болеро написано романси М. Глінки, О. Даргомижського, Л. Деліба; болеро використане в операх Г. Берліозом, К. Вебером, Дж. Верді та ін., в балетах Л. Делібом, П. Чайковським та ін. Широко відоме «Болеро» для оркестру М. Равеля.

**БРАНЛЬ** (фр. Branle – хоровод) – старовинний французький хороводний танець. Музичний розмір 2/4, рідше – 3/4 або 4/4, темп помірно швидкий, жвавий. В XV – XVII ст. був поширений як бальний танець, різновиди якого відрізнялись за хореографією, структурою, метром, темпом, зокрема, «подвійний» бранль, «простий» бранль, «веселий» бранль. Тоді ж виникла традиція виконання кількох бранлів у вигляді сюїти. З XVIII ст. бранль залишив танцювальну та музичну практику, інколи з'являючись в творчості композиторів (Ф. Пуленк, І. Стравинський).

**БРЕЙК** (англ. Break – порушення, перерва) – 1. Пауза в грі ансамблю або інструмента, під час якої виконується сольна імпровізація, не пов'язана з метричною структурою п'єси, що триває від 2 до 16 тактів. 2. Коротка сольна імпровізаційна вставка в джазі, яка «розриває» звучання оркестру або ансамблю. 3. Танець початку 1980 рр. з ковзкими кроками, стрибками, обертаннями та різноманітними акробатичними трюками. Був поширений в США до кінця 1980 років.

**ВАЛЬС** (фр. Valse, нім. Walzen, від – кружляти в танці) – парний бальний танець, який виник на основі народних танців Австрії, Німеччини та Чехії. Одним із попередників вальсу був австрійський танець ленлер. Вальс набув загального поширення та європейської популярності завдяки творчості

композиторів – авторів віденських концертних вальсів – Й. Ланнера, батька та особливо сина Штраусів, Е. Вальдтейфеля. Музичний розмір – 3/4. Ритмічну основу вальсу композитори використовували для створення масштабних художніх творів («Вальс-фантазія» М. Глінки, «Пушкінські вальси» С. Прокоф'єва, «Сумний вальс» Я. Сибеліуса, численні вальси Ф. Шопена тощо).

**ВАРІАЦІЇ** (лат. Variatio – зміна, різноманітність) – 1. Музичний твір, де основна тема піддається різноманітним змінам (мелодичним, ладовим, ритмічним, гармонічним). 2. Видозмінювання музичної теми, мелодії або її супроводу. 3. В класичному балеті – невеликий сольний, технічно складний (віртуозний) танець в швидкому темпі.

**ВЕРХОВИНИ** – танці з групи жанру побутових українських танців.

**ВИВОРІТНІСТЬ** – хореографічний термін, що означає розгорнуте назовні положення ніг (носками в боки). У бальній хореографії, на відміну від класичного танцю, під виворітним положенням ніг практично розуміється напіввиворітність, коли ноги розгорнуті під кутом дещо більше прямого по відношенню одне до одного.

**ГАВОТ** (від прованс. Gavoto– танець гавотів) – старовинний французький танець; темп – помірний; розмір – 4/4 із затактом на дві чверті, дві або три восьмих. З XVIII ст. – популярний танець на придворних балах, у XVIII ст. використовувався в балетах та старовинних сюїтах (Ж. Люллі, Ж. Рамо, Й. Бах, Г. Гендель та ін.). З XIX ст. майже не зустрічається.

**ГАЛОП** (фр. Galop- біг навскоки) – швидкий, стрімкий, веселий бальний танець XIX ст. з підскоками; розмір – 2/4. До художніх зразків належать галопи Ф. Ліста, М. Глінки, Ф. Шуберта, Й. Штрауса, Ф. Оберта, Ж. Офенбаха, Е. Вальдтейля, П. Чайковського та ін.

**ГАЛЬЯРДА** (іт. Gagliarda – весела, бадьора) – старовинний парний, інколи сольний танець поширений в Європі XV – XVII ст.. Темп – помірно швидкий, розмір – 3/4 ; відзначається акордовим складом, діатонікою, пунктирним або



синкопованим ритмом, геміолою. Гальярда виконувалась після павани, з якою утворювала двочастинну танцювальну сюїту. В XVII- XVIII ст. збереглась лиш як частина інструментальної сюїти з повільним темпом та поліфонічною фактурою (У. Бьорд, О. Гіббонс, М. Франк та ін.).

**ГОПАК** (від вигуку «гоп») – український народний танець запорізького походження. Розмір 2/4. Виконується соло або групами в швидкому темпі з використанням віртуозних карколомних стрибків.

**ГОРЛИЦЯ** – український народний масовий танець. Музичний розмір 2/4. Виконується в швидкому темпі.

**ГРАН ПА** (фр. Grand pas – великий танець) – розгорнута балетна сцена за участю солістів і кордебалету.

**ГУЦУЛКА** – народний танець українців Прикарпаття – гуцулів. Музичний розмір 2/4; виконується в дуже швидкому темпі, жваво і весело.

**ДЖАЗ**, танець – синтезується з африканської та американської культур. Він розвивався в Америці протягом XVII-XVIII ст. з танців африканських племен. Утворилися три ранні стилі джазу : традиційний, соул та афрокарибський. У 20 – роки XX ст., коли джаз прийшов на професійну сцену, утворився бродвейський стиль – яскравий та витончений, енергійний та емоційний, чаруючий та приголомшливий. Джазова музика й танець стали дуже популярними як серед чорношкірого так й серед білого населення. У 40 – 50 роки джаз поширився в Європі. Збагатившись елементами європейських танців, він набув різних стилів сучасного джазу : джаз-рок, франк-джаз. Протягом сторіч джаз танцювали тільки під джазову музику з характерним синкопованим ритмом, але починаючи з 1940-х років почали використовувати популярну музику з притаманним джазу ритмом. У основі лексики джаз танцю – повна злагодженість рухів й музичних творів, усіх елементів їх структури.

**ЗАПИС ТАНЦЮ** – графічна фіксація танцювальних (хореографічних) творів за допомогою спеціальних знаків. Перші записи танців зробив у XVI ст.

французький хореограф Туано Арбо у книжці «Орхесографія» , описавши різні танці XVI ст. У 1700 власну систему запису танців розробив французький учитель танців Фейє. В Україні першими були записані фольклорні танці. Записи здійснювали П. Чубинський, М. Лисенко (1875), В. Гнатюк (1909), І. Ющишин (1910), В. Верховинець (1912), Р. Гарасимчук (1939).

**ЕКОСЕЗ** (фр. Ecosaise – дослівно: шотландка) – старовинний шотландський народний танець, який виконується у супроводі волинки.

Музичний розмір 3/2, 3/4, пізніше 2/4, темп швидкий. В XIX ст. був широко популярним бальним танцем.

**ЕТЮД** (фр. вивчення) – вправа для розвитку виконавської техніки.

**ЖИГА** – 1. Західноєвропейський струнний смичковий інструмент, особливо поширений серед жонглерів у XIII – XIV ст. 2. Старовинний англійський танець кельтського походження, який зберігся в Ірландії й у наші часи. Для жиги характерні «тріольність» руху, тридольність розміру (3/8, 6/8, 9/8 і т.д.) і виконання в дуже швидкому темпі. 3. Заклучна четверта частина танцювальної сюїти в музиці XVII – XVIII ст.

**ЖОК** – молдавський народний танець. Музичний розмір 2/4, інколи 6/8, 3/8. Темп швидкий, прискорений.

**ЖУРАВЕЛЬ** – українська народна танцювальна пісня, весільний хоровод, жартівливий за характером. Музичний розмір 2/4 або 4/4. Журавель виконується в помірному темпі, що поступово прискорюється.

**КАДРИЛЬ** (від ісп. Cuadrilla – група з чотирьох осіб) – танець, поширений в Білорусії, Росії, Україні, який виконують пари. Музичний розмір 2/4, 6/8. Кадриль складається з 5 – 6 фігур, кожна з них має окрему назву.

**КАНКАН** (фр. Cancan – галас, від canard – качка) – французький танець алжирського походження, подібний до контрдансу. Музичний розмір 2/4, темп рухливий, енергійний. Виконується з характерним викиданням ноги, високими стрибками. Застосовувався у французькій класичній опереті (Ж. Офенбах), кафешантані та вар'єте.

**КВІК-СТЕП** (англ. Quick step – швидкий крок) – бальний танець вільної побудови, який розвинувся з фокстроту в середині 1920 років. Музичний розмір 4/4.

**КЕК-УОК** (cakewalk – дослівно: похід за пирогом) – бально–естрадний танець, який виник на початку ХХ ст. як танець північноамериканських негрів. Назва пояснюється тим, що переможець нагороджувався пирогом. Музичний розмір 2/4 з характерним синкопованим ритмом. Виконується в темпі швидкого маршу. Естрадний варіант «Кек-уоку» близький до «канкану» .

**КЛАСИЧНИЙ ТАНЕЦЬ.** Термін виник у Росії наприкінці ХІХ ст. як результат виділення в балетних театрах окремих різновидів професійного хореографічного мистецтва й акторських амплуа (класичного та характерного). Класичний танець має особливу, відібрану та сформовану за певними законами лексику. Основні принципи за якими вона створена: виворітність (розгорнутість усіх суглобів ніг), подовженість ліній поз та амплітуди рухів, довершена виразність виконання (витонченість, пластичність та легкість). Чітка система позицій рук та ніг, поз та рухів дозволяє виконувати передбачені системою кроки, стрибки, обертання, зберігаючи специфічну форму класичного танцю та сприяючи розвитку віртуозної техніки. Класичний танець здатний задовольнити вишукані смаки різних верств населення.

**КОЗАЧОК** – народний російський і український танець. Походження назви цього танцю пов'язане з життям воїнів-козаків. В кінці ХІХ ст. існував як бальний танець в Росії.

**КОЛО** – старовинний хоровод у західних та південних слов'ян.

**КОЛОМИЙКА** (від назви м. Коломия Івано–Франківської обл.) – 1. Жартівлива українська галицька народна пісня куплетної форми, за змістом подібна до частівки. Поширена в Західній Україні (зокрема, Буковині, Прикарпатті та Закарпатті). 2. Народний танець гуцульського походження. Музичний розмір 2 /4, темп жвавий.

**КОНТРДАНС** (від англ. Country dance – сільський танець) – англійський народний танець, подібний до кадрили. Музичний розмір 2/4 або 6/8, темп швидкий. Доступність контрдансу спричинила появу його різновидів: екосезу, англесу, лансьє, котильйону та ін. Теми контрдансу використовували в своїх творах Ж.Ф. Рамо, Л.В. Бетховен, В.А. Моцарт, П.І. Чайковський та інші композитори, вони ставали основою куплетів у водевілях, пісень в баладних операх.

**КОРДЕБАЛЕТ** (фр. Corps de ballet – особливий склад балету) – артисти балету, які виконують групові танці, своєрідний балетний «хор».

**КОТИЛЬЙОН** (фр. Cotillon) – парний бальний танець французького походження, де всі пари повторюють рухи першої під музику популярних танців (вальсу, мазурки, польки). Відомий з XVIII ст., але особливого поширення набув наприкінці XIX ст.

**КРАКОВ'ЯК** (польське krakowiak – від назви міста Кракова) – веселий і швидкий польський народний танець, відомий з XIV ст. Ритм гострий, чіткий з синкопами. Музичний розмір 2/4. Як бальний танець був поширений в XIX – на початку XX ст.

**КРИЖАЧОК** – білоруська народна пісня і танець, що виконується в помірному темпі з поступовим прискоренням. Музичний розмір 2/4 або 4/4. Пари розташовуються хрестоподібно.

**КУРАНТА** (фр. Couranta – мінливий, плинний) – старовинний французький салонний танець італійського походження, поширений в XVI – XVII ст. Спочатку музика мала розмір 2/4 та пунктирний ритм, пізніше – 3/2 або 6/4, швидкий темп, урочистий характер. В старовинній танцювальній сюїті куранта була другою частиною між алемандою і сарабандою. В інструментальній музиці зустрічається у Й. С. Баха, Г.Ф. Генделя.

**КУЯВ'ЯК** (польс. Kujawiak – від назви області Куявії) – народний польський танець, подібний до мазурки. Музичний розмір 3/4, темп помірний. Складається з трьох частин – полонез, куяв'як і оберек.

**ЛЕЗГИНКА** – народний танець, поширений серед народів Кавказу – кабардинців, осетинців, чеченців, інгушів та інших. Музичний розмір 6/8, інколи 2/4, темп швидкий. Танцюристи, наче змагаючись, демонструють віртуозність, вправність, спритність, не втомлюваність. Виконується як сольний чоловічий танець, а також в парі з жінкою.

**ЛЕКСИКА ТАНЦІВ**, танцювальна лексика – система рухів і малюнків та інших засобів виразності хореографічного твору.

**ЛЕНДЛЕР** (нім. Landler Від назви місцевості Landl в Австрії)- австрійський і німецький селянський парний танець, який виконується колом, попередник вальсу. Розмір 3/4, темп помірний, мелодія рухлива, переважно з малими тривалостями звуків, рухи стрибкоподібні.

**ЛЕТКА-ЄНКА** – масовий молодіжний танець фінського походження. Музичний розмір  $\frac{3}{4}$ , темп помірно швидкий, виконується ланцюжком.

**ЛЯВОНІХА** (жіночий рід від білоруського імені Лявон) – білоруський народний парно – масовий танець, який виконується в швидкому темпі в супроводі пісні. Музичний розмір 2/4.

**МАЗУРКА** (польське – житель провінції Мазовія) – польський народний танець з чітко визначеним ритмічним малюнком, різкими акцентами на будь-яких долях такту. Розмір 3/4. Темп – від помірного до швидкого. Концертні мазурки створювали М. Огінський, К. Шимановський, М. Глінка, О. Скрейбін, П. Чайковський та ін.

**МАЛАГЕНЬЯ**, малагуенья (ісп. Malaguena, від назви провінції Малага) – андалузський парний танець зі співом, місцевий варіант фанданго. Музичний розмір 3/8 або 3/4, темп помірний або помірно рухливий.

**МЕНУЕТ** (фр. Menuet від – малий, дрібний) – 1. Старовинний французький танець, який виконувався плавно і граціозно. Розмір 3/4. Був поширений в XVII – XVIII ст. як придворний танець. 2. До XIX ст. – третя частина творів сонатного циклу, згодом місце менуету зайняло скерцо.

**МЕТЕЛИЦЯ** – українська народна пісня – танець зі зміною фігур і різноманітними обертаннями. Музичний розмір 2/4, темп швидкий.

**МОДЕРН**, танець. Зародився наприкінці ХІХ ст. Цей новий стиль, відмовившись від обмежень школи класичного танцю щодо позицій та поз, отримав свободу для пластичного й емоційного наповнення. На відміну від класичного танцю, роль чоловіка в сучасному танці стає такою ж значимою як і жінки. Фізичні дані виконавців танцю модерн набули більшого різноманіття. Танець модерн став універсальним засобом для імпровізацій та пошуку нових рухів.

**МОЛДАВЕНЯСКА** (дослівно – молдавська) – молдавський народний танець. Розмір 2/4 або 4/4, виконується колом в швидкому темпі.

**МЮЗЕТ** (фр. Musette, від – дудка) – 1. Французький музичний інструмент, подібний до волинки, з шкіряним міхом, двома мелодичними трубками та патрубком для перестроювання інструмента. 2. Старовинний французький народний танець. Музичний розмір 2/4, 6/4, 6/8. Темп швидкий, виконується в супроводі волинки.

**НАРОДНІ ТАНЦІ** – танці, створені народом й поширені в народному побуті – українські (аркан, бондар, бурима, гопак, гуцулка, журавель, козачак, коломийка, косарі), білоруські (бульба, крижачок), грузинські (хорумі), іспанські (болеро, сарабанда, хабанера), італійські (тарантела), молдавські (молдавеняска, хора), норвезькі (халінг), польські (краков'як, куяв'як), російські (бариня, тропак), французькі (бранль) та ін.

**ОБЕРЕК**, обертас – польський народний парний танець, що виконується після повільного куяв'яку. Музичний розмір 3/8 або 3/4 з акцентом на третій долі кожного другого такту. Темп швидкий.

**ПА** (фр. Pas – крок) – 1. Танцювальний крок, що характеризується певною поставою ніг. 2. Поєднання танцювальних кроків, яке застосовується протягом кількох тактів танцю або поширюється на весь танцювальний номер (па-де-де,

па-де-труа, па д'аксьон та інші). 3. Назви бальних танців (па-де-катр, па-де-грас, па-д'еспань та інші). 4. Загальна назва будь-якого танцювального руху.

**ПА Д'АКСЬОН** (від фр. Pas – крок та action – дія) – танець з балету, пов'язаний з розвитком сюжету, що розкриває зміст балетної сцени.

**ПА-ДЕ-ДЕ** (фр. pas de deux – танець вдвох) – одна з основних танцювальних форм класичного балету, яка має таку побудову : спільний вихід – антре; парна лірична частина – адажіо; дві сольних варіації – алегро; спільний фінал – кода.

**ПА-ДЕ-КАТР** (фр. Pas de quatre – танець чотирьох) – 1. Бальний танець англійського походження. Музичний розмір – 12/8. 2. В балеті – танець чотирьох виконавців.

**ПА-ДЕ-ПАТІНЕР** (фр. Pas de patiner – танець ковзняка) – бальний танець російського походження. Музичний розмір – 4/4.

**ПА-ДЕ-ТРУА** (фр. Pas de trois – танець утрьох) – танцювальна форма в класичному балеті, яку виконують три виконавці (дві жінки і чоловік). Від па-де-де відрізняється третьою, додатковою сольною варіацією в алегро.

**ПАВАНА** (від лат. Pavo – пава, павлин) – старовинний бальний танець іспанського чи італійського (назва походить від міста Падуя) походження. Темп – повільний, урочистий. Музичний розмір – 4/4.

**ПАНТОМІМА** (від 81ан. panta – все і mimeomai – наслідую) – 1. Мистецтво висловлювати думки і почуття засобами міміки та жестів. 2. Театральна вистава, в якій художній образ створюється засобами міміки й жестів та супроводжується музикою. 3. Один з основних елементів балетного мистецтва поряд з танцем. 4. Музично-сценічні твори («Кардильяк» П. Хіндемита, «День народження інфанти» Ф. Шрекера), де образи створювалися засобами пантоміми.

**ПАСАКАЛЬЯ** (від ісп. Pasar – проходити і calle – вулиця) – 1. Старовинний тридольний танець іспанського походження, який виконується в повільному

темпі. 2. Поліфонічна форма у вигляді варіацій з басо остінато (Ф. Куперен, Й. Бах, А. Вівальді, Г. Гендель, Д. Букстехуде, І. Стравінський, С. Танеєв та ін.).

**ПАСП'Є** (фр. *Passe – pied*) – старовинний французький танець бретонського походження, який виконували на волинці зі співом. Музичний розмір  $3/4$  або  $3/8$ , починається із затакту. Подібний до менуету, пасп'є з XVII став придворним танцем, в балетних танцях його використовували А. Кампра, Ж. Рамо, К. Глюк та ін. композитори.

**ПЕРЕПЛЯС** – російський народний парний танець-змагання. Музичний розмір –  $2/4$ ; темп – жвавий, швидкий.

**ПЛЯСКА** – вид народного танцю з елементами імпровізаційності.

**ПОЛОНЕЗ** (фр. *Polonaise – польський*) – старовинний польський тридольний бальний танець – хода урочистого характеру, яким відкривались урочисті танцювальні вечори та бали. До кращих зразків належать полонези К. Вебера, М. Глінки, С. Монюшка, М. Мусоргського, М. Римського-Корсакова, О. Скрябіна, Ф. Шопена та ін.

**ПОЛЬКА** (від чеськ. *Pulka* – половина) – 1. Чеський народний танець, який виконується в швидкому русі. Музичний розмір  $2/4$ . 2. Бальний танець, який походить від народної польки. Зразки польки – у М. Балакірева, А. Дворжака, А. Рубінштейна, С. Рахманінова, Б. Сметани, П. Чайковського, Ф. Шопена, Й. Штрауса та ін.

**РИГОДОН** (фр. *Rigodon*) – французький танець провансальського походження. Музичний розмір  $2/4$  або *alla breve*. Характер танцю – жвавий, веселий, темпераментний. Був поширений в XVII ст. як частина танцювальної інструментальної сюїти, в балетах та балетних дивертисментах.

**РОСІЙСЬКИЙ ЛРИЧНИЙ** – бальний танець, заснований на рухах російського хороводу. Музичний розмір  $4/4$ . Виконується в помірному темпі.

**РУМБА** (ісп. *Rumba*) – 1. Афро-американський пісенно-танцювальний жанр, що включає спів соліста, репліки хору, міміко-акробатичний імпровізаційний танець у виконанні пари чи соліста в центрі кола глядачів та



музикантів. Музичний розмір дводольний, ритм гостро синкопований, з акцентами на слабких долях такту, темп від помірно рухливого до швидкого. 2. Бальний танець кубинсько-мексиканського походження, що набув поширення в 1920-х роках. Музичний розмір 4/4. Темп помірний з різким прискоренням останньої частини.

**САМБА** (ісп. Samba) – 1. Афро-бразильський парний танець, який виконувався співаком – солістом в супроводі хору і ударно-шумових інструментів. Музичний розмір 2/4, ритм гостросинкопований. 2. Сучасний бальний танець бразильського походження. Музичний розмір 2/4. Виконується в швидкому темпі.

**САРАБАНДА** (ісп. Sarabanda) – старовинний іспанський народний танець, який виконується в супроводі співу та барабану. Музичний розмір 3/4, побудова тричастинна. Виконується плавно і велично, хоча М. Сервантес визначав його, як грайливий темпераментний танець під звуки барабанів і кастаньєт. В класичній танцювальній сюїті сарабанда розташована між курантою і жигою. Розквіту досягла в інструментальних сюїтах Й. Баха та Г. Генделя.

**СЕГІДІЛЬЯ** (ісп. Seguidilla) – іспанський народний танець-пісня, що виникнув ще в XV ст. в Каталонії. Музичний розмір 3/4 або 3/8 з різноманітними фігурами. Виконується в швидкому темпі в супроводі кастаньєт. Найбільш відомі використання сегідільї у Ж. Бізе, в опері «Кармен», М. Глінкою в увертюрі «Ніч в Мадриді», М. де Фалья в циклі «Сім іспанських пісень».

**СИЦІЛІАНА** (іт. Siciliana – сицилійська) – 1. Старовинний пасторальний італійський танець. Музичний розмір 6/8, 9/8, 12/8. Темп помірний. 2. Вокальна або інструментальна п'єса, яка походить від сициліани. Характерними рисами є мінорний лад, пунктирний ритм, наспівність, тричастинна побудова da capo, відсутність стакато. Сициліана набула поширення з XVI ст. В творчості

А. Скарлатті, Г. Генделя, Й.С. Баха, пізніше - в операх Г. Доніцетті, Д. Верді, П. Масканьї та ін.

**СІРТАКІ** – сучасний масовий грецький танець на музику М. Теодоракіса. Музичний розмір – 4/4. Темп – спочатку помірний, з прискоренням до дуже швидкого і з раптовим поверненням до помірнього.

**СТАНОК** – пристосування для вправ танцюристів; складається з округлого, як правило, дерев'яного бруса діаметром 6 – 7 см., закріпленого уздовж стін репетиційної зали.

**СЮЇТА** (танцювальне – ряд, послідовність) – хореографічна композиція, яка складається з декількох танців, що з'єднані однією темою і побудовані, як правило, за принципом контрастних між собою номерів або частин.

**ТАНГО** (ісп. Tango) – 1. Естрадний та бальний танець кубинського походження. Музичний розмір 2/4, темп – помірний. 2. Танго циганське (tango gitano) – сольний жіночий танець з кастаньєтами, який належить до групи канте фламенко. Був поширений в Андалузії до середини ХІХ ст. 3. Танго андулузійське (tango andaluz) – жартівлива, інколи сатирична вулична пісня, поширена в Севільї в 1850-1880-х рр. 4. Танго креольське (tango criollo), яке виникло в Буенос-Айресі як пісня в 1880 роках та перетворилось у парний танець, подібний до конгрдансу. 5. Танго аргентинське (tango argentine) – парний танець, що виник в Буенос-Айресі внаслідок змінювання хореографії креольського танцю як самостійна професійна форма, що набула найширшого розповсюдження. Серед авторів танго – Х. Матос Родригес («Кумпарсита»), Е. Донато, А. Мендисабаль, Х. Сандерс та інші.

**ТАНЕЦЬ** – вид мистецтва, де художні образи створюються засобами пластичних рухів, які виконуються в чіткому ритмі та виразних поз людського тіла. В танці відображається емоційно-образний зміст музичних творів.

**ТАРАНТЕЛА** (іт. Tarantella) – італійський народний танець, який виконується в швидкому, стрімкому темпі. Музичний розмір 6/8 або 3/8 з характерним безперервним рухом тріолями.

**ТРОПАК**, трепак (від давньоруського тропати – тупотіти ногами) – старовинний руський танець. Музичний розмір 2/4. Темп жвавий, веселий, завзятий.

**ТУ СТЕП** (англ. Two step – два кроки) – салонний танець, який виник у Північній Америці на початку ХХ ст. Музичний розмір 2/4, за ритмом близький до польки. Темп швидкий, маршоподібний.

**ФАРАНДОЛА** (фр. Farandole) – старовинний провансальський народний танець, який виконували під час християнських календарних свят, приносячи перед танцюристами легендарне опудало. Музичний розмір – 6/8 і 2/4. Темп жвавий, швидкий, виконується в супроводі флейти і тамбурина. До жанру фарандоли звертались Ш. Гуно, Ж. Бізе, Д. Мійо, О. Глазунов, П. Чайковський та інші.

**ФІГУРА** – відносно завершена частина танцю, яка складається з одного чи декількох па.

**ФЛАМЕНКО** (ісп. Flamenko – циганський) – музичний стиль, пов'язаний з традиціями іспанських циган: музика, пісні, танці, гра на гітарі в стилі фламенко, якому притаманні гіпертрофоване емоційне забарвлення, збудженість, ритмічна нестійкість (поліритмія співу, гри та танцю), гнучкість ладу, багата орнаментика, хроматизми.

**ФОКСТРОТ** (від інгл. Fox – лисиця і trot – крок) – салонний і бальний танець, який походить від регтайма, ту-степа та уан-степа. Фокстрот виник на початку ХХ ст. в США і швидко поширився в Європі. Музичний розмір – 4/4, ритм маршоподібний, синкопований. Поєднання фокстроту з елементами джазу призвело до появи таких танців, як чарльстон, шіммі.

**ФОРЛАНА** (іт. Forlana) – італійський народний парний танець. Музичний розмір 6/8 та 6/4, ритм пунктирний. Виконується в швидкому темпі, з постійним зростанням динаміки аж до екстатичної, у супроводі мандоліни, кастаньєт і бубна.

**ФРИШКА** (угор. Friska – бадьорий, жвавий) – швидка частина угорських народних танців палоташа і чардаша.

**ХАБАНЕРА** (ісп. Habanera, від La Habana – Гавана) – іспанський танець – пісня кубинського походження. Музичний розмір 2/4 з характерною ритмічною фігурою в супроводі. В мелодії застосовуються постійні ритмічні групи з тріолями або синкопами, що утворює поліритмічний ефект. Темп помірний або помірно – рухливий. Хабанера – парний танець, який був поширений в країнах Латинської Америки в другій половині ХІХ ст. і вплинув на формування креольського танго. Жанр хабанери використали Л. Обер, Ж. Бізе, К. Дебюссі, М. Равель, Е. Шабріє та інші.

**ХАЛЛІНГ** (halling, від Halingdal– долина в Норвегії) – норвезький народний чоловічий танець, який також зустрічається у Швеції. Музичний розмір 2/4 або 6/8, ритм різноманітний, з синкопами. Темп помірний, з прискоренням наприкінці танцю. Характерна ознака халлінгу - витриманий бас на тоніці та домінанті.

**ХОРА** (choro– хоровод) – старовинний молдавський і румунський масовий хороводний танець. Музичний розмір 6/8, інколи 2/4, темп помірний, спокійний. Виконується в супроводі тарафа.

**ХОРЕОГРАФІЯ** (грец. Choreia – танець і grapho – пишу. Фактично «запис танцю» ) – творча діяльність, пов'язана зі своєю першоосновою - танцем. Це слово вперше використав французький учитель танців Фейє, визначаючи введену ним систему запису танців (1700 р.).

**ХОРЕОГРАФ**, балетмейстер – автор хореографічних творів, балетмейстер-педагог, балетмейстер – постановник, балетмейстер – репетитор, хореограф – методист, хореограф – науковець, хореограф – організатор.

**ХОРЕОЛОГІЯ** – наука про хореографічну творчість. Розділом хореології є етнохореологія – наука про народний (фольклорний) танець.

**ХОРОВОД** (choros– юрба та водити) – стародавній вид народної синкретичної творчості, який поєднує спів, інструментальну гру і танець.

Хоровод поширений у багатьох країнах (Англії, Грузії, Німеччині, Франції, Шотландії тощо), але особливо поширений під різними назвами у слов'янських народів («веснянки» – в Україні, «основка» – в Росії, «хоро» – в Болгарії, «коло» – в Сербії, «корогод» – в Білорусі і т.д.). Існує багато різновидів хороводів : обрядові, ігрові, колові, півколові, ланцюжкові, танцювальні, крокові тощо.

**ХОТА** (ісп. Jota) – іспанський народний парний танець, який виконується в супроводі ансамблю «рондалья» (бандурія, гітари, мандоліни, кастаньєти) та поєднується зі співом. Музичний розмір 3/4 чи 3/8. Темп швидкий, характер танцю – жвавий, темпераментний. Батьківщиною хоти є Арагон, хоча в кожній провінції Іспанії існують місцеві різновиди хоти. Найбільш поширеною є арагонська хота, до якої звертались М. Глінка, М. Римський-Корсаков, М. де Фалья.

**ЧА-ЧА-ЧА** (звуконаслідування cha-cha-cha) – бальний танець кубинського походження, який набув загального визнання. Музичний розмір 4/4. Темп помірно швидкий.

**ЧАРДАШ** – (уг. Csardas) – угорський народний танець, який складається з двох контрастних частин – повільної, патетичної (уг. –lassu), що супроводжує чоловічий танець в колі (розмір 4/8), і швидкої, стрімкої (розмір 2/4), яка супроводжує запальний парний танець (уг. – friss). Чардашу властиві гостра, часто синкопована ритміка, віртуозна імпровізація.

**ЧАРЛЬСТОН** – бальний танець американського походження, що виник на основі негритянських танців. Музичний розмір 4/4, ритм синкопований, темп швидкого різновиду фокстроту.

**ЧЕЧІТКА** – естрадний (частіше чоловічий) танець, стрімке вистукування підшовами та підборами чіткого ритмічного малюнку.

**ШЕЙК** (від англ. Shake – труситись)- популярний в першій половині 1960-х років танець. Музичний розмір 4/4.

**ШИММІ** (англ.Schimmi) – бальний танець, американський різновид фокстроту. Музичний розмір 2/4, темп помірно швидкий. В Європі набув популярності в 1920-х роках.

**ШУМКА** – українська та польська народна пісня – танець, подібна до коломийки. Музичний розмір 2/4, темп жвавий.

**ЯНКА** – білоруська народна танцювальна пісня. Музичний розмір 2/4, темп помірно швидкий.

**РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА**

1. Белянкіна Н. Українські народні танці як невід'ємна частина світової хореографії. URL: <http://www.newacropolis.org.ua/ua/study/conference/?thesis=4779>.
2. Бурля О.А. Формування педагогічної майстерності керівника дитячого хореографічного об'єднання : Автореф. Дис. ...канд. пед. наук : 13.00.06 / Бурля Олена Анатоліївна. – К., 2004. – 24с.
3. Василенко К.Ю. Український танець. Підручник / К.Ю. Василенко. – К., ІПК ПК, 1997. – 281с.
4. Верховинець В.В. Теорія українського народного танцю / В.В. Верховинець. – К.: Мистецтво, 1968. – 152 с.
5. Гладишевський А. Василь Авраменко. Спадщина українського танцю. Каталог / А. Гладишевський. – Канада: Шевченківська Фундація, 2005. – 79 с.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии / К. Голейзовский. – М.: Искусство, 1964. – 368 с.
7. Дени Г., Дассвиль Л. Все танцы / Перевод с французского. Сост. Онищенко Л. – К.: Музична Україна, 1983 – 324 с.
8. Захаров Р. Сочинение танца / Р. Захаров. – М.: Искусство, 1983.
9. Каміна Л.І. Український народний танець – його зміст і форма. Науково – методична розробка / Л.І. Каміна [ Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://www.culturalstudies.in.ua/2009\\_zv\\_8\\_2.php](http://www.culturalstudies.in.ua/2009_zv_8_2.php)
10. Каміна Л.І. Формування особистості балетмейстера – автора хореографічних творів. Методичний посібник. URL: [http://www.culturalstudies.in.ua/2008\\_zv\\_13\\_1.php](http://www.culturalstudies.in.ua/2008_zv_13_1.php)
11. Колногузенко Б. Основы танцевальной композиции / Б. Колногузенко. – Х.: ХГАК, 1997.

- Кривохижа А.М. Гармонія танцю. Методичний посібник / А.М. Кривохижа. – Кіровоград: 2003.- 100 с.
12. Купленник В. Козацький танець. Нариси з історії українського народного танцю [ Електронний ресурс] / Вадим Купленник. – Режим доступу: <http://hopak.ho.ua/boh/dans/bookstan/kozak.html>
13. Легка С.А. Українська народна хореографічна культура ХХ століття: автореф. дис...канд. іст. наук: 17.00.01 / Київський національний унт культури і мистецтв. – К., 2003.
14. Литвиненко В. Зразки народної хореографії / В. Литвиненко. – К., 2007.
15. Организация работы и творческой деятельности хореографического коллектива. URL: [http://revolution.allbest.ru/pedagogics/00381492\\_0.html](http://revolution.allbest.ru/pedagogics/00381492_0.html).
16. Смирнов И.В. Искусство балетмейстера / И.В. Смирнов. – М.: Просвещение, 1986. – 190с.
17. Смит Люси. Танцы. Начальный курс. Перевод с английского / Л.Смит. – М.: АСТ, 2001. – 48 с.
18. Туркевич В.Д. Хореографічне мистецтво України у персоналіях: Наукове видання. Довідник / В.Д. Туркевич. – К.: Біографічний інститут НАН України, 1999. – 224 с.
19. Український народний танець у дослідженнях етнохореографів . URL: <http://hopak.ho.ua/boh/dans/bookstan/doslid.html>.
20. Українські народні танці. URL: <http://narodni.com.ua/>.
21. Устинова Т.А. Русский народный танец / Т.А. Устинова. – М.: Искусство, 1976.
22. Шевченко В.Т. Мистецтво балетмейстера в народній хореографії. Навчально – методичний посібник для вищих навчальних закладів культури і мистецтв України / В.Т. Шевченко. – К.: 2006. – 185 с.
23. Шистко О.П. Класифікація та характеристика українських народних танців. URL: <http://softacademy.lnpu.edu.ua/Programs/UkrainianDance/01.htm>



**ЗМІСТ**

Передмова.....	3
Методичні поради майбутнім керівникам дитячих хореографічних колективів.....	4
Робота керівника дитячого самодіяльного колективу над танцем – відпрацювання рухів.....	5
Робота з музичним матеріалом.....	7
Створення костюма для народного танцю.....	8
Сценарні плани українських народних танців	
Український хоровод.....	10
Козачок.....	15
Кадриль.....	21
Подільночка.....	27
Опришки.....	64
Івана Купала.....	71
Коломийка.....	75
Буковинська полька.....	81
Гопак.....	88
Опис рухів українських народних танців.....	94
Танцювальні рухи та позиції. Елементи класичного танцю.....	119
Глосарій.....	125
Рекомендована література.....	143