**«Танцевальное народное творчество»**

Ни одна культурная традиция человеческих обществ, на протяжении всей их истории существования, не обходилась без *танца*. Танец появился из разнообразных движений и жестов, связанных с трудовыми процессами и эмоциональными впечатлениями человека от окружавшего мира. С веками танец приобрел самостоятельное значение, а подвергшись художественному обобщению, дал каждому народу свои танцевальные традиции.

Танец - совершенно особый вид искусства. Было бы крайне легкомысленно считать танцы лишь развлечением, способом приятного времяпровождения. Танец отражает чувства. Через танец человек познает окружающий мир, учится взаимодействовать с ним. А еще танцы - прекрасное лекарство, помогающее избавиться от многих заболеваний и укрепить здоровье.

В России проживает более 160 национальностей. Каждая из них обладает самобытной культурой и своими танцевальными традициями.

Каждый танец несет в себе культуру своего народа. Он и сильный, и нежный, страстный и торжественный одновременно – отражает всю сложность и противоречивость характера любого народа нашей страны.

**ТАТАРСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

 Многовековая история Татарстана также воплотилась в татарской культуре и танце. Татарские танцы подчеркивают смелость, гордость татар и описывают как военную, так и трудовую деятельность этого народа. Существуют танцы посвященные победам в войнах, народным героям, трагической любви и очень многим другим важным для народа темам. Притом каждому татарскому танцу соответствует свой отдельный костюм. «Кто хотя бы раз видел, как танцуют татарскую плясовую, знает, что это зрелище никого не оставляет равнодушным. Танец настолько зажигателен, что даже люди, далекие от хореографии, пытаются повторить его движения. Танцы всегда занимали видное место в жизни татарского народа, сопровождая его в радости и в горе, в будни и праздники. В танце народа - его характер, темперамент, грация!

 Характер исполнения во многом определяет уклад жизни и быта. Танцевали только молоденькие девушки, и то не при посторонних мужчинах.

 Мужская часть танца состоит в тяжёлых скачках, в необходимом притом вскидывании руками, в отдувании щёк, в прикрикивании языком довольно неприятных звуков. Это подчёркивает раздельность в танцах между мужчинами и женщинами. В парных танцах между мужчиной и женщиной, стоя лицом к лицу или обходя её сзади, мужчина не мог коснуться женщины, развернув руки в стороны, как и в кавказских танцах.

 Благородством и достоинством, нежностью и смелостью, мудростью и глубокой человечностью нас покоряют народные татарские танцы. Татарские танцы - это сочные жанровые картинки из народного быта, полные теплоты и юмора, часто насыщенные комедийными эпизодами. Они очаровывают эмоциональной живостью, непосредственностью, лирической проникновенностью. Татарские танцы это та неотъемлемая часть наследства, перед которой ни один человек не удержится, и не станет смотреть сидя в стороне.

**БАШКИРСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

 Башкирский танец также пришел из глубины веков. Он своеобразен, ведь именно через танец башкиры старались выразить слова и суть песни, под которую его танцевали, или раскрыть какой-нибудь сюжет. Поэтому башкирский танец можно смело сравнивать с новеллой или поэмой.

Мужские танцы исполняются вольно, свободно, темпераментно. Характерны позы рук мужчин. Во время исполнения различных движений руки танцора высоко вскинуты в стороны вверх или вытянуты перед собой. Эти позы возникли в древности из подражания конным скачкам, подергиванию поводьев, взмахам плетью. Кочевой образ жизни, охота, сражения с врагами — всё это не могло не отразиться в танцах. Традиции кочевников, а также борьба башкир против угнетателей закрепили в народных танцах воинственность поз, мужественную осанку, характерные жесты. Популярными мужскими танцами в начале XX века были *«Всадники», «Пастух», «Перовский», «Охотник», «Тимербай»*. Они отражают воинственность, охотничьи навыки башкир. В них встречаются такие движения, как выслеживание добычи, рубка саблей, выстрелы из лука, удары плетью, скачка на коне. В связи с тем, что многие башкиры охотились с ловчими птицами — соколами, ястребами, беркутами — в танцах встречаются движения, подражающие полету птиц. Типичные черты башкирского мужского характера — воинственность, смелость в сочетании с поэтической мечтательностью нашли отражение в народных плясках.

Женские танцы существенно отличались от мужских танцев и по выразительным средствам и по манере исполнения. В женских плясках все движения исполняются плавно, спокойно. Основную смысловую нагрузку в женских танцах несут руки. Различные трудовые процессы отображает такое движение, как щелчки пальцами. Это танцевальное движение могло означать и сбор ягод, и дойку кобылиц, и обработку шерсти, и прядение. Во всех женских плясках встречаются элементы женского труда. Женщины подражают в танцах приготовлению айрана, кумыса, сбиванию масла. Одно движение отделяется от другого круговыми ходами. В плясках наблюдается сочетание плавного лёгкого хода с чёткими громкими дробями в центре площадки. Изобилуют такие движения, как щелчки пальцами, игра плеч.

**УКРАИНСКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

Украинский народный танец, также как и другие виды народного творчества, развивался на протяжении всей истории украинского народа, обогащаясь новым содержанием и своеобразными выразительными средствами. В нем нашли свое отображение радость творческого труда, героизм борьбы и величие побед, задорная веселость, мягкий юмор и другие черты, присущие украинскому национальному характеру. Танец Украины то задумчиво лиричен, то неудержимо весел, скромен и нежен. Искусство Украины, как и всякое искусство, отражало в себе всю историю и жизнь украинского народа, его в прошлом нелегкую жизнь. Украинский народ, в силу постоянных бед, обрушившихся на него со всех сторон, по своему складу характера скорее драматичен, нежели весел. Особенно это заметно по песням и танцам женщин, в которых говорится о тяжелой женской доле. В силу необходимости постоянно отражать набеги иноземцев, мужское население Украины, образовав Запорожье и другие казачества, почти все время проводило в походах. На плечи женщин ложился нелегкий труд и одиночество. Но с казачеством связана тема борьбы и воли, непримиримость к врагам, вольнолюбию, жизнерадостности, которые порождались самой борьбой украинского народа за свою независимость. Тут же имеет место и общепризнанный искрометный украинский юмор.

Танец *«Гопак»* — весёлый, зажигательный в двудольном размере. Его название происходит от слова «гупать», то есть прыгать, скакать, и от выкрика «Гоп!», которым обычно заканчивается исполнение танца. И в самом деле, исполнители гопака притопывают ногами, прыгают, кружатся — сначала неторопливо, а потом всё быстрее и быстрее. Музыка гопака часто звучит не только радостно, но и мужественно, героически. Гопак исполняют один или несколько танцоров. Каждый из них придумывает собственные танцевальные движения. Тогда танец превращается в соревнование: кто станцует лучше. В сценическом исполнении «Гопак» строится обычно как парно-массовый танец, хотя и сохраняет характерные черты народной пляски. Начинается «Гопак» обычно общим выходом всех пар, которые стремительно двигаются по кругу. Затем из общей массы танцующих выделяются отдельные пары, тройки, группы, которые танцуют порознь. Во время этих самостоятельных кусков танца юноши, как и в парном «Гопаке», показывают свою силу, ловкость, мужество, девушки весело подзадоривают парней. Иногда в танце девушки выделяются в отдельную группу, их выход сменяет бурная мужская пляска. Заканчивается «Гопак» общей пляской, построенной на веселых, задорных и технически трудных движениях.

**РУССКИЙ НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ**

Русские народные танцы имеют глубокую историю и берут свои корни еще с Древней Руси. К русским народным танцам относятся: задорные огромные хороводы, пляски и народные массовые гуляния, что были неотъемлемой частью ежегодных традиционных праздников, увеселительных программ и символических ярмарок. Что же представляет собой этот вид хореографии? Какие у него отличительные черты и преимущества? В первую очередь, русские народные танцы – это смех и юмор, активные движения и прыжки, задорные пляски и, конечно же, красивые колоритные национальные костюмы. Можно сказать, что этот танец – характеристика русского человека: широкая душа и необузданное желание дарить веселье себе и окружающему миру! Эх, широка матушка Россия и широк русский народный танец, ведь в его основе лежат: кадриль, хоровод, пляска.

Важно отметить, что эти танцы требует энергичности, мужественности и резких движений от сильного пола, а мудрой величавости и плавности в каждом шаге от женского. Русский народный танец – это рассказ об истории Великой России. Ведь очень часто они сопровождались песнями с текстами о героях, царях и добрых деяниях их родины. Обычно русские народные танцы объединяют в себе большое количество людей, которые держатся за руки, венки или платки. Историками принято считать, что различные трюки и прыжки, исполняемые танцорами в русских народных танцах, были выдуманы народом для того, чтобы согреться, ведь в основном все важные праздники отмечались зимой или осенью, когда заканчивались все земельные работы. Вот так и становилось тепло и душе, и телу! В нынешнее время русские танцы первоначального вида не практикуют на народных праздниках, теперь они стали сценической изюминкой и отличным способом зажечь зал.

Трудно определить, сколько народных плясок и танцев бытует в России. Их просто невозможно сосчитать. Они имеют самые разнообразные названия: иногда по песне, под которую танцуются *(«Камаринская»*, *«Сени»,* *«Калинка»*), иногда по количеству танцоров (*«Парная», «Четверка»*)*,* иногда название определяет рисунок танца (*«Плетень»,* *«Воротца»*). Но во всех этих столь различных танцах есть что-то общее, характерное для русского танца вообще: это широта движения, удаль, особенная жизнерадостность, поэтичность, сочетание скромности и простоты с большим чувством собственного достоинства.

 Популярный русский танец — «*Хоровод*» — танец по кругу. Круг в хороводе символизировал в древности Солнце – бога Ярила. Считалось, что такие движения по кругу с пением песен задобрят бога Солнца и принесут хорошие урожаи. Сегодня это лишь исторический факт религии язычества древних славян, который не несёт уже своей смысловой нагрузки в исполнении хороводных (круговых) танцев. Но он достаточно значим в славянской культуре. Водят хороводы абсолютно все - от мала до велика. Хоровод возглавляет хороводица. Это достаточно почитаемая женщина, ей дарили подарки, уважали ее... Хороводы бывают женские и смешанные. Исполняются чаще по кругу, обычно сопровождаются песней, иногда в виде диалога участников.

Большой популярностью в народе пользуются пляски-импровизации, пляски-соревнования (*«Перепляс»*)*.* В них танцоры не скованы определенной композицией. Каждому исполнителю дается возможность выразить себя, показать, на что он способен. Такие пляски всегда неожиданны для зрителей, а порой и для самих исполнителей.

Народные танцы популярны всегда. Они не только развивают пластичность, улучшают координацию и учат чувствовать ритм. Народная хореография знакомит нас с культурой его страны, национальными особенностями.

Танец всегда и во все времена помогал выражать эмоции и чувства, будь то гнев, ревность, любовь или страсть. Ведь станцевать – это как прожить жизнь за несколько минут. Любовь, ненависть, сочувствие, восхищение можно передать через танец. Танцы иногда лечат душу лучше, чем слова. Танцуйте! Вы станете доверять себе, почувствуете жажду жизни - ведь если можно красиво двигаться, значит, можно красиво жить!