

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ВОЛОСОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ИМ Н.К. РЕРИХА»



Дополнительная предпрофессиональная
программа в области искусств
«Хореографическое творчество»

Программа по учебному предмету

Предметная область
ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО

ПО.01.УП.01

ТАНЕЦ

2026 год

«РАССМОТРЕНО»

На заседании педагогического совета

От «01» апреля 2026 г

Протокол № 2

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ ДО

«ВДШИ им Н. К. Рериха»

_____ Е. А. Фаризанова

Разработчик (и)

Рогозина Ирина Васильевна, преподаватель,

Попсуева Нина Николаевна, методист

Структура программы учебного предмета

Структура программы учебного предмета	3
Пояснительная записка.....	4
1.1 Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.	4
1.2 Срок реализации учебного предмета «Танец».....	4
1.3 Объем учебного времени,.....	4
1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий.....	4
1.5 Цель и задачи учебного предмета «Танец».....	5
1.6 Обоснование структуры учебного предмета «Танец».....	5
1.7 Методы обучения.....	5
1.8 Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.....	6
Содержание учебного предмета.....	6
2.1 Сведения о затратах учебного времени.....	6
2.2 Учебно - тематическое планирование.....	6
2.3 Содержание учебного курса.....	7
Формы и методы контроля, система оценок.....	11
3.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание.....	11
3.2 Критерии оценок.....	12
Методическое обеспечение учебного процесса.....	12
4.1 Методические рекомендации педагогическим работникам.....	12
Списки рекомендуемой литературы	14
5.1 Список рекомендуемой литературы.....	14

Пояснительная записка

1.1 Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Программа учебного предмета «Танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Танец - вид искусства, в котором художественные образы создаются средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела.

На уроке танца в детской школе искусств учащиеся знакомятся с простейшими танцевальными шагами, рисунками танца, упражнениями на ориентировку в пространстве, элементами классического и народного танцев, исполняют хореографические этюды и передают в движении образное содержание музыки.

Учебный предмет «Танец» является начальным звеном в хореографическом образовании и служит подготовительным этапом для дальнейшего предпрофессионального обучения.

Изучение предмета «Танец» тесно связано с изучением предметов «Подготовка концертных номеров», «Ритмика», «Слушание музыки и музыкальная грамота».

1.2 Срок реализации учебного предмета «Танец»

Срок реализации данной программы составляет 2 года (1-2 классы 8-летней предпрофессиональной образовательной программы в области искусства «Хореографическое творчество»).

1.3 Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета, - 130 аудиторных часов. Самостоятельная работа по учебному предмету «Танец» не предусмотрена.

Срок обучения/количество часов	1 класс	2 класс
	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка	64	66
Количество часов на аудиторную нагрузку	64	66
Общее количество часов на аудиторные занятия	130	
Недельная аудиторная нагрузка	2	2
Консультации	2	2

1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий

Учебные занятия по учебному предмету «Танец» проводятся в форме аудиторных занятий в мелкогрупповой форме (от 4 до 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока 40 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

1.5 Цель и задачи учебного предмета «Танец»

Целью учебного предмета «Танец» является формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, личностных качеств, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и другими видами танца.

Задачи учебного предмета «Танец»:

- развитие танцевальной выразительности;
- развитие музыкальности;
- развитие координации движений;
- умение ориентироваться в сценическом пространстве;
- освоение простейших элементов танца;
- формирование осанки у учащихся, укрепление здоровья;
- усвоение правильной постановки корпуса;
- формирование личностных качеств: трудолюбия, силы, выносливости, целеустремлённости;
- развитие творческих способностей;
- воспитание интереса к национальной культуре.

1.6 Обоснование структуры учебного предмета «Танец»

Обоснованием структуры программы являются федеральные государственные требования, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса;
- список рекомендуемой методической литературы.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

1.7 Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- наглядный – показ движений преподавателем;
- словесный – беседа о танце, объяснение техники исполнения хореографических движений, рассказ о средствах выразительности музыкального сопровождения, аналитическая оценка результатов учебного процесса;
- эмоциональный - подбор ассоциаций, образов;

- практический – исполнение движений и танцевальных этюдов обучающимся;
- репродуктивный – неоднократное воспроизведение полученных знаний.

1.8 Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации учебного предмета «Танец» оснащаются пианино/роялями. Площадь балетных залов должна быть не менее 40 кв.м., иметь пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м x 2м на одной стене. Школа должна иметь театрально-концертный зал с пианино или роялем, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием; костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий. Также необходимо наличие раздевалок для переодевания и душевых для обучающихся и преподавателей.

Содержание учебного предмета

2.1 Сведения о затратах учебного времени

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области искусств распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи, объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

Сведения о затратах учебного времени и графике промежуточной аттестации

Вид учебной работы, аттестации, учебной нагрузки	Затраты учебного времени, график промежуточной аттестации				Всего часов
	1		2		
	1	2	3	4	
Классы					
Полугодия					
Аудиторные занятия	32	32	32	34	130
Самостоятельная работа	-	-	-	-	-
Максимальная учебная нагрузка	32	32	32	34	130
Вид промежуточной аттестации		Контрольный урок		Зачет	

2.2 Учебно - тематическое планирование

№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
1 Класс I полугодие				
1	Шаги и бег	8	8	

2	Позиции ног	8	8	
3	Позиции рук	8	8	
4	Элементы танцевальной азбуки	8	8	
Итого часов за I полугодие		32	32	-
1 Класс				
II полугодие				
5	Элементы русского (национального) танца	6	6	
6	Рисунки танца	6	6	
7	Перестроения в танце (ориентировка в пространстве)	6	6	
8	Развитие артистизма и импровизация	6	6	
9	Танцевальные этюды	8	8	
Итого часов за II полугодие		32	32	-
Итого часов за 1 класс		64		
2 Класс				
I полугодие				
1	Шаги и бег	8	8	
2	Элементы танцевальной азбуки	8	8	
3	Элементы русского (национального) танца	8	8	
4	Рисунки танца	8	8	
Итого часов за I полугодие		32		
2 Класс				
II полугодие				
5	Перестроения в танце (ориентировка в пространстве)	11	11	
6	Развитие артистизма и импровизация	11	11	
7	Танцевальные этюды	12	12	
Итого часов за II полугодие		34		
Итого часов за 2 класс		66		
Итого часов		130		

2.3 Содержание учебного курса

1 класс

Тема 1. Шаги и бег (в продвижении вперёд)

- бытовой;
- танцевальный шаг с носка;
- шаг на полупальцах;
- боковой шаг на всей стопе по прямой позиции;
- лёгкий бег на полупальцах;
- бег с поднятым коленом «лошадки».

Тема 2. Позиции ног

- I, II, III, VI (первая прямая) позиции.

Тема 3. Позиции рук

- подготовительное положение рук; 1,2,3 позиции;
- переводы рук из позиции в позицию (port de bras).

Тема 4. Элементы танцевальной азбуки

- понятие опорной и рабочей ноги;
- полуприседание (demi - plies) по VI, I, II, III позициям;
- открывание (battements tendus) ноги в сторону и вперед из VI и I позиции;
- поднимание (releve) на полупальцы по VI и I позициям;
- поднимание (releve) на полупальцы в сочетании с полуприседанием;
- прыжки (temps leve) на двух ногах по VI позиции;
- открывание ноги (battements tendus) в сочетании с полуприседанием (demi- plies) в сторону и вперед;
- движения для головы: повороты направо – налево в различном характере, вверх-вниз (с различной амплитудой), наклоны вправо-влево (к плечу);
- движения плеч и корпуса: подъем и опускание плеч, наклоны корпуса вперед и в сторону, повороты, выводя одно плечо вперед;
- ведение рабочей согнутой ноги по опорной ноге вверх, сгибая её в колене (retere) по VI позиции;
- галоп;
- шаг польки;
- подскоки;
- соскоки в I прямую позицию;
- хлопки в ладоши соло и в паре.

Тема 5. Элементы русского (национального) танца

- положения рук русского танца (свободно опущенные вниз вдоль корпуса; на талии (вбок); «крендель» (под одну руку в паре);
- русский поклон;
- притопы;
- русский дробный ход на музыкальные длительности 1/8, 1/16;
- «гармошка»;
- «ёлочка»;
- русский переменный шаг;
- выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом носка на каблук - «носок-каблук»;
- выдвижение ноги в сторону и вперед с переводом носка на каблук с полуприседанием на опорной ноге;
- «припадание» по VI позиции в продвижении из стороны в сторону.

Тема 6. Рисунки танца

- понятие интервала в рисунке танца;
- колонна;
- шеренга;
- диагональ;
- круг;
- кружочки;
- «звёздочка»;
- «цепочка».

Тема 7. Перестроения в танце (ориентировка в пространстве)

- повороты вправо и влево;
- движение по линии танца и против линии танца;
- движение по диагонали;
- из колонны в шеренгу;
- из колонны по одному в колонну по два;
- из колонны по два в колонну по четыре;
- сужение и расширение круга;
- «прочёс»;
- «ручеек»;
- из одного круга в несколько кружочков и обратно в один круг;
- в пары и обратно.

Тема 8. Развитие артистизма и импровизация

- элементарные формы танцевальной сюжетной импровизации;
- самостоятельное сочинение хореографического фрагмента (1-2 музыкальные фразы) на предложенный образ, тему;
- передача характера музыки движением.

Тема 9. Танцевальные этюды

- этюд на перестроения на маршевых шагах;
- этюд на ориентировку в пространстве, построенный на материале русского хороводного танца;
- этюд, построенный на подскоках, галопе, шаге польки;
- сюжетный танцевальный этюд.

2 класс

Тема 1. Шаги и бег

- танцевальный шаг в продвижении назад;
- танцевальный шаг на полупальцах в продвижении назад;
- шаг с высоким подъёмом колена в продвижении вперёд на полупальцах;
- шаг с высоким подъёмом колена в продвижении назад на полупальцах;
- шаг с подскоком;
- спортивная ходьба с маховыми движениями рук;
- бег, сгибая ноги сзади в коленях в продвижении вперёд;
- бег, вынося прямые ноги вперёд в продвижении вперёд и назад.

Тема 2. Элементы танцевальной азбуки

- положение корпуса прямо (en face);
- положение корпуса в полуоборот по диагонали (epaulement);
- нумерация точек балетного зала;
- позиция ног – IV;
- переход с одной ноги на другую (pas degage):
из III во II позицию, из III в IV позицию;
с plie из III во II позицию, с plie из III в IV позицию;
- проведение ноги вперёд-назад через I позицию (passé par terre);
- прыжки на двух ногах по I позиции;
- вальсовая «дорожка»;
- освоение танцевальных движений в паре;
- воспитание чувства ансамбля.

Тема 3. Элементы русского (национального) танца

- открывание (раскрывание) рук вперёд – в сторону из положения на поясе;
- положение рук в паре (за одну руку, крест-накрест);
- русский переменный шаг в продвижении назад;
- русский переменный шаг в продвижении вперёд и назад в сочетании с открыванием и закрыванием рук на пояс;
- боковой русский ход «припадание» по III позиции;
- «ковырялочка»;
- приставной шаг в разных направлениях;
- притопы на всей стопе в разных ритмах.

Тема 4. Рисунки танца

- «корзиночка»;
- «плетень»;
- «змейка»;
- «улитка».

Тема 5. Перестроения в танце (ориентировка в пространстве)

- из одного круга в два концентрических,двигающихся в разные стороны;
- движение по кругу с перестроением по два и по три человека;
- движение в колонны по одному с разных сторон по диагонали, с переходом в центре «через одного»;
- перестроение типа «шен».

Тема 6. Развитие артистизма и импровизация

- применение изученных движений и рисунков в импровизационных танцевальных композициях (на 16 или 32 такта) на материале классической и народной музыки;
- создание хореографического образа на современную музыку (сюжетная композиция).

Тема 7. Танцевальные этюды

- этюд в ритме вальса, построенный на вальсовой «дорожке» и разнообразных рисунках;
- этюд в ритме польки в парах;
- этюд в стиле старинного танца менуэта или гавота (музыкальный размер $\frac{3}{4}$, $\frac{4}{4}$);
- этюд в ритме тарантеллы (музыкальный размер $\frac{6}{8}$);
- этюд на материале русского танца с контрастными частями (двух- или трёхчастная форма).

2.1 Требования по годам обучения

Результатом освоения программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- уметь выполнять комплексы упражнений с учетом индивидуальных особенностей организма;
- уметь сознательно управлять своим телом;
- владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритмического чувства;
- уметь координировать движения;
- владеть в достаточной степени изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.
- знание основных элементов классического, народного танцев;
- знание о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;
- умение исполнять простые танцевальные этюды и танцы;
- умение ориентироваться на сценической площадке;
- умение самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- владение различными танцевальными движениями, упражнениями на развитие физических данных;
- Навыки перестраивания из одной фигуры в другую; владение первоначальными навыками постановки корпуса, ног, рук, головы;
- навыки комбинирования движений;
- навыки ансамблевого исполнения, сценической практики.

Формы и методы контроля, система оценок

3.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся:

Формы текущего контроля:

- устный опрос, просмотры.

Формы промежуточной аттестации:

- контрольные уроки, зачеты, проводимые в виде творческих показов.

Программа предусматривает проведение для обучающихся консультаций с целью их подготовки к контрольным урокам, зачетам и экзаменам.

3.2 Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание и использование методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также плохой посещаемости аудиторных занятий
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков.

Методическое обеспечение учебного процесса

4.1 Методические рекомендации педагогическим работникам

Данная программа разработана в соответствии с традициями, опытом и методами обучения, сложившимися в хореографическом образовании детских школ искусств. Занятия по учебному предмету «Танец» рекомендуется проводить два раза в неделю по одному часу и соединять его со смежным предметом «Ритмика». Важнейшую роль в проведении урока танца играет правильно подобранный и качественно исполненный концертмейстером музыкальный материал. Одно искусство (музыкальное) помогает восприятию другого (танец). При хорошо спланированном уроке такое соседство помогает и облегчает восприятие и усвоение учебного материала. Танец неразрывно

связан с музыкой, эмоционально-образное содержание которой находит своё воплощение в его хореографической композиции, движениях, фигурах. При работе над танцевальными движениями и танцевальным репертуаром очень важным моментом является развитие танцевальной выразительности, артистизма. Однако необходимо отметить, что выразительность исполнения - результат не механического «натаскивания», а систематическая работа преподавателя с учеником. Предлагая простые задания, связанные с передачей характера музыки, её динамических оттенков в двигательно - ритмических упражнениях, преподаватель переходит к более сложным, передающим стиль, манеру исполнения и характер танцев. На определённом этапе обучения преподаватель подводит учащихся к возможности импровизации. Под непосредственным воздействием музыки, обучающиеся сами придумывают движения или короткие этюды. Задача преподавателя - обратить внимание учащегося на особенности предложенного музыкального примера, его образность, музыкальное строение. Проявление творческого начала, исполнение непринуждённого движения, как подсказывает музыка, – положительный результат импровизационной работы на уроке.

Урок. Урок является основной формой учебного процесса. Урок характеризуется единством дидактической цели, объединяющей содержание деятельности преподавателя и учащихся, определённой структурой, диктуемой каждый раз конкретными условиями и закономерностями усвоения учебного материала. Как часть учебного процесса урок может содержать: организационный момент, восприятие, осознание и закрепление в памяти информации; овладение навыками (на основе усвоенной информации) и опытом творческой деятельности; усвоение системы норм и опыта эмоционального отношения к миру и деятельности в нём; контроль и самоконтроль преподавателя и учащихся.

При организации и проведении занятий по предмету «Танец» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца; заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;

- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей.

В соответствии с материалом настоящей учебной программы, изучение начинается на середине зала, без использования упражнений у балетного станка, которые вводятся в третьем классе на уроке классического танца. Хореографические движения и элементы танца исполняются, как правило, из свободных (невыворотных) позиций ног. Небольшое количество хореографических элементов, изучаемых на уроке танца, требует от преподавателя умения предложить детям максимум всевозможных их сочетаний, что создаёт впечатление новизны и даёт простор фантазии ребёнка. Длительное изучение и проработка небольшого количества учебного материала способствует качественному его усвоению. Объём знаний и умений, приобретённых на уроке танца, послужит фундаментом дальнейшего обучения по дополнительной предпрофессиональной

общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Списки рекомендуемой литературы

5.1 Список рекомендуемой литературы

1. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972
2. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия» – М.: ООО «Век информации», 2009
3. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб: ЛОИРО, 2000
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб, «Ланб», 2001
5. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М., 1968
6. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкальноритмическом развитии детей. – М., 1998
7. Климов А.А. Основы русского народного танца. – М., «Искусство», 1981
8. Конорова Е.В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М., 1963
9. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972 – Вып. 1, 1973 – Вып. 2
10. Конорова Е.В. Ритмика. Методическое пособие. Вып.1. Занятие по ритмике в первом и втором классах ДМШ. –М., «Музыка», 2012
11. Ладыгин Л.А. Музыкальное содержание уроков танца//Современный балльный танец. – М., 1976
12. Ладыгин Л.А. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980
13. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: ООО «Век информации», 2009
14. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам/ Джим Холл; пер. с англ. Т.В. Сидориной. – М.: АСТ: Астрель, 2009
15. Шершнев В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. - М.: «Один из лучших», 2008