

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного  
образования  
«Очерская детская школа искусств»


ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

Примерная программа по учебному предмету

«ТАНЕЦ»

СРОК ОСВОЕНИЯ 3 ГОДА  
ВОЗРАСТ С 7 ДО 16 ЛЕТ

Очер, 2025 г.

<p>Принято:</p> <p>Педагогическим советом МАОУ ДО «Очерская ДШИ» Протокол № 1 от 04.09.2025г.</p>	<p>Утверждаю:</p> <p>Директор МАОУ ДО «Очерская ДШИ» «04» сентября 2025 г Г. В. Артемова</p> 
---	---

РАЗРАБОТЧИК: Аликина Юлия Сергеевна,  
преподаватель хореографических дисциплин  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ»

РЕЦЕНЗЕНТ: Бармина Наталья Александровна  
Старший методист  
МАОУ ДО «Очерская ДШИ »

## Структура программы учебного предмета

### I. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;

### II. Содержание учебного предмета

- Сведения о затратах учебного времени;
- Годовые требования по классам;

### III. Требования к уровню подготовки обучающихся

### IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки;

### V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Список музыкального материала (по выбору педагога);

### VI. Список рекомендуемой методической литературы

## I. Пояснительная записка

**I. 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 общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа «Танец», основанная на движениях под

музыку, развивает и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Танец способствует правильному физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение, способствует более глубокому эмоционально-осознанному восприятию музыки, большей тонкости слышания и различения отдельных музыкально-выразительных средств, пониманию музыкальных стилей и жанров.

Танец исполняется чаще всего всем коллективом и требует четкого взаимодействия всех участников, повышает дисциплину, чувства ответственности и товарищества.

Изучение предмета «Танец» тесно связано с изучением предметов «Народно - сценический танец», «Классический танец».

## 2. Срок реализации учебного предмета «Танец»

Срок реализации данной программы составляет 3 года - по 1 часу в неделю.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета, - 105 аудиторных часов.

Таблица 1

Классы/количество часов	1-3 год обучения		
	Количество часов (общее на 3 года)		
Максимальная нагрузка (в часах)	105		
Количество часов на аудиторную нагрузку	105		
Год обучения	1	2	3
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1

3. Форма проведения учебных аудиторных занятий:  
Мелкогрупповая от 4 до 10 человек или групповая (от 11 человек).  
Продолжительность урока - 45 минут, перемена 5 минут.

#### 4. Цель и задачи учебного предмета «Танец»

Целью учебного предмета «Танец» является: формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем, а также развитие творческих способностей детей.

Задачи учебного предмета «Танец»:

- развитие мышечной выразительности тела, формирование фигуры и осанки, укрепление здоровья;
- формирование выразительных движенческих навыков, умения легко и координировано танцевать, ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- развитие общей музыкальности;
- коррекция эмоционально-психического состояния;
- формирование конструктивного межличностного общения; коммуникативной культуры;
- формирование личностных качеств: силы, выносливости, смелости, воли, ловкости, трудолюбия, упорства и целеустремленности;
- развитие творческих способностей детей;
- формирование активного познания окружающего мира - развитие познавательных процессов;
- воспитание интереса к национальной танцевальной культуре, а также толерантного отношения к танцевальной культуре других народов.

#### 5. Обоснование структуры учебного предмета

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, 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.

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

### 7. Методы обучения

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

- наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный);
- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

### 8. Описание материально-технических условий реализации предмета

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

Для проведения занятий необходимо иметь балетные залы площадью не менее 40 кв.м. (на 11-15 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене.

При изучении предмета «Танец» классы оснащаются пианино/роялями, звукотехническим оборудованием, учебной мебелью (столами, стульями, шкафами) и оформляются наглядными пособиями.

## II. Содержание учебного предмета

Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета, на максимальную нагрузку обучающихся на аудиторных занятиях:

Таблица 2

Классы	1	2	3
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	35	35	35
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	105		
Максимальная учебная нагрузка в часах	105		

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.

### 2. Требования по годам обучения

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании в детских школах искусств. Преподаватель сам выбирает предмет для изучения.

## **Первый год обучения**

### **«Классический танец»**

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

#### **Экзерсис у станка**

1. Позиции ног: I, II, III, IV, V, VI.
2. Demi-plies по I, II позициям.
3. Battements tendu из I позиции во всех направлениях:  
- с demi-plies.
4. Passe par terre:  
- с demi-plie по I позиции,  
- с окончанием в demi-plie.
5. Battements tendu jete из I позиции во всех направлениях.
6. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях лицом к станку;
7. Releves по I, II позициям:  
- с вытянутых ног,  
- с demi plie.

#### **Экзерсис на середине зала**

1. I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
2. Demi plie по I, II позициям.
3. Battements tendu из I позиции во всех направлениях;  
- с demi plie.
4. Battements tendu jete во всех направлениях из I позиции.
5. Releves по I, II позициям:  
- с вытянутых ног;  
- с demi plie.

#### **Allegro**

1. Temps leve saute по I, II позициям;
2. Шаг польки.
3. Трамплинные прыжки.

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:



- различать танцевальные жанры, их специфические особенности;
- воспринимать танцевальную музыку;
- грамотно исполнять программные движения;
- знать правила выполнения движений;
- знать структуру и ритмическую раскладку;
- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- уметь танцевать в ансамбле;
- оценивать выразительность исполнения.

В конце учебного года проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

## **Второй год обучения**

### **«Классический танец»**

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

#### **Экзерсис у станка**

1. Постановка корпуса по V позиции ног.
2. Постановка корпуса одной рукой за палку в сочетании с port de bras (I, II, III позиции рук).
3. Demi plie по I, II, V позициям.
4. Grand plie по I, II позиции.
5. Battements tendu из V позиции:
  - battements tendu pour le pied в сторону.
6. Battement tendu jete из V позиции во всех направлениях:
  - battements tendus jete с pique.
7. Положение ноги sur le cou de pied:
  - «условное» спереди, сзади,
  - «обхватное».
8. Battements frappes боком к станку, носком в пол во всех направлениях.

10. Battements fondu носком в пол во всех направлениях лицом к станку.
11. Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
12. Demi rond de jambe par terre;
13. Battements releves lent на 90<sup>0</sup> во всех направлениях лицом к станку;
14. Понятие retire .
15. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях;
16. Releves по I, II, V позициям.
17. Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях:  
- в сторону, вперед, назад.

### **Экзерсис на середине зала**

1. Demi plie по I, II, V позициям.
3. Battements tendu из V позиции:  
- battements tendus pour le pied в сторону;
4. Battement tendu jete из V позиции во всех направлениях:  
- battements tendus jete с pique.
5. Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans.
6. Demi rond de jambe par terre;
7. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях.
8. Releves по I, II, V позициям.
9. Понятие epaulement (croisee, efface) позы.
10. II Форма port de bras.
11. Понятие arabesque:  
- изучение I, II, III arabesque.

### **Allegro**

1. Temps leve saute по I, II, V позициям.
2. Petit changement de pied.
3. Pas echarpe в первой раскладке.

**По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- грамотно, музыкально выразительно исполнять программные движения (умение свободно координировать движения рук, ног, головы, корпуса);
- владеть сценической площадкой;
- анализировать исполнение движений;
- знать об исполнительских средствах выразительности танца (выразительности рук, лица, позы);
- определять по звучанию музыки характер танца;
- термины и методику изученных программных движений;
- уметь грамотно пользоваться методикой при выполнении движений.

### **Третий год обучения**

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

#### **Экзерсис у станка**

1. Постановка корпуса по IV позиции.
2. Demi plie, grand plie.
3. Battements tendu:
  - в позах (croisee, efface, ecarte).
4. Battements tendus jete:
  - balancoire;
  - в позах (croisee, efface, ecarte).
5. Rond de jambe par terre:
  - на demi pliest en dehors, en dedans.
6. Battement fondu во всех направлениях.
7. Battement soutenu в первоначальной раскладке во всех направлениях носком в пол на всей стопе.
8. Battement double frappe в сторону носком в пол на всей стопе.
9. Battement releves lent на 90° в позах.
10. Battement developpe во всех направлениях - лицом к станку(1 полугодие)
  - боком к станку (2 полугодие)

11. Grand battements jete в больших позах (croisee, efface, ecarte).

12. III форма port de bras как заключение комбинаций.

### **Экзерсис на середине зала**

1. Battement tendus во всех направлениях в малых позах в сочетании с pour le pied.

2. Battement tendu jete во всех направлениях в малых позах в сочетании с pique.

3. Battement fondu во всех направлениях носком в пол.

4. Battetnent developpe во всех направлениях.

5. Grand battements jete во всех направлениях.

6. Temps lie par terre en dehors et en dedans.

### **Allegro**

1. Pas echange.

2. Pas assemble в сторону.

3. Sissonne simple en face.

4. Pas jete en face.

5. Pas chasse вперед.

6. Sissone ferme в сторону.

### **По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- усвоение и дальнейшее развитие ансамблевого исполнения;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии - итоговый экзамен (зачет).

### **Требования к итоговому экзамену (зачету)**

По окончании третьего года (всего курса) обучения учащиеся должны знать и уметь:

- грамотно и выразительно исполнять программные движения и элементарные комбинации;
- сочетать пройденные упражнения в несложные комбинации;
- анализировать выполнение заданной комбинации;
- анализировать и исправлять допущенные ошибки;
- воспринимать разнообразие музыкально-ритмических рисунков;
- анализировать исполнение движений;
- знать о танцевальных средствах выразительности;
- знать термины изученных движений;
- знать методику изученных программных движений.

### График промежуточной аттестации

#### ***Требования к контрольным урокам и зачетам***

За время обучения учащиеся должны приобрести ряд практических навыков:

уметь выполнять комплексы упражнений с учетом индивидуальных особенностей организма;

уметь сознательно управлять своим телом;

владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма;

уметь координировать движения;

владеть, в достаточной степени, изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

### III. Требования к уровню подготовки обучающихся

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

- 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.

#### IV. Формы и методы контроля, система оценок

##### 1. *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

Оценка качества реализации программы "Классический танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

## *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**

По итогам исполнения программы на контрольном уроке и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

***Таблица 5***

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков
4 («хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в

	сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«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 ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области музыкального искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.



- *Методическое обеспечение учебного процесса*  
**Методические рекомендации педагогическим работникам**

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по дисциплине танец строится по выбору преподавателя

Преподавание дисциплины «Танец» заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

## **VI. Список рекомендуемой учебной литературы**

### **Классический танец**

1. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - СПб: «Планета музыки», 2010
2. Базарова Н.П. «Классический танец» - СПб: «Лань», «Планета музыки», 2009
3. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - СПб: «Люкси» и «Респекс», 1996

4. Блок Л.Д. «Классический танец» - М.: «Искусство», 1987
5. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - СПб: «Лань», 2007
6. Васильева Т.И. «Балетная осанка» / Методическое пособие для преподавателей хореографических школ и школ искусств. М., 1993
7. Волынский А. «Книга ликований. Азбука классического танца» - Л.: «АРТ», 1992
8. Головкина С.Н. «Уроки классического танца в старших классах» - М., Искусство, 1989
9. Громов Ю.И. «Основы подготовки специалистов-хореографов» / учебное пособие. СПб: Типография Наука, 2006
10. Звездочкин В.А. «Классический танец». СПб: «Планета музыки», 2011
11. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
12. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца» - Л.: Искусство, 1981
13. Костровицкая В.С., Писарев А. «Школа классического танца» - Л.: Искусство, 1986
14. Красовская В.М. История русского балета. - Л., 1978
15. Красовская В.М. Агриппина Яковлевна Ваганова. - Л.: "Искусство", 1989
16. Красовская В.М. Павлова. Нижинский. Ваганова. Три балетные повести. - М.: "Аграф", 1999
17. Мессерер А. «Уроки классического танца» - М.: «Искусство», 1967
18. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010
19. Русский балет: энциклопедия. М: Согласие , 1997
20. Тарасов Н. «Классический танец». М.: Искусство, 1981
21. Тарасов Н.И. «Классический танец. Школа мужского исполнительства». М.: Искусство, 1987
22. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
23. Ярмолович Л. «Классический танец». Л.: «Музыка», 1986

