

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САМАРСКОЕ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ УЧИЛИЩЕ (КОЛЛЕДЖ)»

«РАССМОТРЕНО»
На заседании методического
совета по программам
дополнительного
образования
Руководитель
_____ Н.Е. Гордеева
Протокол № 3
от 17 января 2025 г.

«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора по
учебно-воспитательной
работе
_____ О.В. Носырева
«_____» _____ 2025

«УТВЕРЖДЕНО»
Директор
ГБПОУ «Самарское
хореографическое
училище (колледж)»
_____ В.В. Блюдина
Приказ №140-ОД от
27.07.2025

Предметная область ПО.01. Хореографическое исполнительство

Программа
по учебному предмету

ПО.01.УП.01 Танец

дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы
в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»

Самара, 2025

Структура программы учебного предмета	
Раздел 1 Пояснительная записка	3
1.1 Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе	3
1.2 Срок реализации учебного предмета	3
1.3 Объем учебного времени	4
1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий	4
1.5 Цель и задачи учебного предмета	4
1.6 Обоснование структуры программы учебного предмета	5
1.7 Методы обучения	5
1.8 Материально-технические условия реализации учебного предмета	6
Раздел 2 Содержание учебного предмета	7
2.1 Учебно-тематический план	7
2.2 Содержание разделов и тем по годам обучения	8
Раздел 3 Требования к уровню подготовки обучающихся	13
Раздел 4 Формы и методы контроля, система оценок	15
4.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание	15
4.2 Критерии оценки	15
Раздел 5 Методическое обеспечение учебного процесса	17
5.1 Методические рекомендации преподавателям	17
Раздел 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение	18
6.1 Список учебной и учебно-методической литературы	18
6.2 Список музыкального материала	18

Раздел 1 Пояснительная записка

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

Программа учебного предмета «Танец» разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных общеобразовательных программ в области искусств, разработанным и утвержденным учебным планом образовательного учреждения.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, программа учебного предмета «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, чувство ответственности и товарищества.

Данный курс аккумулирует межпредметные связи с дисциплинами предметных областей ПО 01. Хореографическое исполнительство: УП.02 Ритмика; УП.05 Народно-сценический танец; ПО.02. Теория и история искусств: УП.01 Слушание музыки и музыкальная грамота.

1.2 Срок реализации учебного предмета

Срок реализации учебного предмета – два года. Учебный предмет изучается в 1-2 классах. Форма отчетности: 2,4 полугодие – зачет.

1.3 Объем учебного времени

Общая трудоемкость учебного предмета составляет 130 часов.
Аудиторных занятий – 130 часов.

1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий – мелкогрупповые занятия.

1.5 Цели и задачи учебного предмета

Цель учебного предмета – формирование у обучающихся основных двигательных умений и навыков, необходимых для занятий классическим, народно-сценическим танцем, а также развитие творческих способностей обучающихся.

Задачи учебного предмета определяются в соответствии с ФГТ:

- 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.

1.6 Обоснование структуры программы учебного предмета

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с обучающимися.

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».

1.7 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).

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

1.8 Материально-технические условия реализации учебного предмета

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

Учебные аудитории для мелкогрупповых занятий по учебному предмету «Танец» оборудованы:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м. (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие);
- балетными станками длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен;
- зеркалами размером $7\text{ м} \times 2\text{ м}$;
- музыкальным инструментом;
- звукотехническим оборудованием;
- учебной мебелью;
- наглядными пособиями.

Раздел 2 Содержание учебного предмета

2.1 Учебно-тематический план

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

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачету. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени.

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

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 класс, 1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1	Знакомство с I свободной позицией, VI позицией	практич. занятие	1	-	1
2	Поклон	практич. занятие	2	-	2
3	Основные положения рук в танце	практич. занятие	4	-	4
4	Основные положения танцующих в паре	практич. занятие	4	-	4
5	Движения руками	практич. занятие	3	-	3
6	Позиции рук	практич. занятие	4	-	4
7	Упражнения на совершенствование осанки	практич. занятие	8	-	8
8	Шаги	практич. занятие	8	-	8
9	Удары ногами	практич. занятие	2	-	2

10	Хлопушки	практич. занятие	2	-	2
11	Движения на основе русского танца	практич. занятие	8	-	8
12	Этюды на основе русских народных движений	практич. занятие	10	-	10
13	Различные танцевальные элементы	практич. занятие	6	-	6
14	Понятие: мимика.	практич. занятие	2	-	2
	Итого:		64	-	64

2 класс, 2 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Аудиторные занятия
1	Танцы на основе изученных простых элементов	практич. занятие	12	-	12
2	Основной ход польки	практич. занятие	6	-	6
3	Прыжки	практич. занятие	8	-	8
4	Танцевальные этюды	практич. занятие	20	-	20
5	Танцы	практич. занятие	20	-	20
	Итого:		66	-	66

2.2 Содержание разделов и тем по годам обучения

1 класс

Тема 1. На занятии преподаватель знакомит учащихся с I свободной позицией, VI позицией.

Тема 2. Изучаются поклоны для девочек, поклоны для мальчиков.

Тема 3. Изучаются основные положения рук в танце:

– на талии («поясок»);

- кулачки;
- за юбочку;
- за спиной;
- перед грудью («полочка»);
- «матрешка» (указательный палец у щеки);
- за фартук;
- руки открыты в сторону по II позиции.

Тема 4. Основные положения танцующих в паре.

Руки в паре:

- лодочкой (соединены в стороны);
- «воротики»;
- «саночки»;
- крестик;
- плетень.

Хлопки в паре:

- «стенка» (ладони танцующих навстречу друг другу);
- «крестики» (руки накрест – правая с правой, левая с левой);
- большой бубен (девочки - руки сверху по открытым ладоням, мальчики - наоборот).

Тема 5. Движения руками. Изучаются движения:

- ветерок (над головой);
- ленточки (впереди перед собой);
- крылья (в стороне).

Тема 6. Позиции рук. Изучаются:

- подготовительная;
- I, II, III позиции;
- Port de bras (простые переводы рук).

Тема 7. Упражнения на совершенствование осанки. Изучаются:

- повороты и поклоны головы;

- упражнения для плеч и лопаток;
- поклоны корпуса в различные стороны;
- приседания по VI позиции;
- упражнения для стоп (вытягивание, сокращение, вращение, разворачивание);
- упражнения на коврик на гибкость, растяжку, укрепление мышц живота, ягодиц, мышц рук и ног).

Тема 8. Шаги. Изучаются:

- сценический;
- семенящий, плавающий, хороводный на полупальцах;
- скользящий;
- приставной боковой шаг;
- пружинистый;
- «косичка» (накрест вперед-назад);
- качалочка;
- «топотушки»;
- шаркающий;
- шаг с каблука.

Тема 9. Удары ногами. Изучаются:

- фиксированные;
- скользящие.

Тема 10. Хлопушки. Изучаются:

- колокола;
- «ловим комариков».

Тема 11. Движения на основе русского народного танца. Изучаются:

- шаг с ударом по VI позиции;
- притопы;
- «гармошка»;
- «елочка»;

- боковой шаг на каблук (с платочком);
- русский поклон;
- переменный ход;
- припадания;
- «ковырялочка»;
- кружение на месте и в паре.

Тема 12. Этюды на основе русских народных движений. «Русский танец». «Хоровод». «Красный сарафан».

Тема 13. Танцевальные элементы. Изучаются:

- боковой галоп, (туда-сюда: лицом-спиной), в повороте;
- подскоки, в повороте вправо, влево;
- лошадки, амбуате;
- шоссе вперед;
- повороты вправо, влево.

Тема 14. Понятие: мимика. Знакомство с понятием мимика. Работа над эмоциональной выразительностью и мимикой в танце.

В конце учебного года проводится зачет в форме просмотра, концертного выступления.

2 класс

Тема 1. Танцы на основе простых элементов: подскоках, галопе, хлопнушках и т.д. «Петушок», «Мишка с куклой», «Страшак».

Тема 2. Основной ход польки. Этюд «Полька».

Тема 3. Прыжки.

- трамплины;
- барабанчики (с хлопками);
- поджатые;
- «Буратино» (на координацию с руками);
- эшапе (из 6 на 2).

Предлагаемые этюды:

- снежинки, метелица;
- танец месяца и звездочек;
- шаловливые часы (новогодний) – музыкальная основа С.Прокофьев балет «Золушка»;
- танец цветов осенних листьев;
- танец лягушат;
- «Веселые цыплятки» (летка-енка);
- со свечками.

Тема 4. Танцы. Изучаются:

- матрешки;
- литовская полька;
- «Гномики»;
- «Зонтики»;
- «Спорт»;
- «Вальс-шутка» (Д.Шостакович. Куклы с гусарами);
- «Сон Дюймовочки» (П.Чайковский);
- «Музыкальный момент» (Ф.Шуберт);
- «Весной» (Э.Григ).

В конце учебного года проводится зачет в форме просмотра, концертного выступления.

Раздел 3 Требования к уровню подготовки обучающихся

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Танец» и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- 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.

А также:

- умение воспроизводить метроритмический узор народной музыки средствами народно-сценического танца и элементарных хореографических средств;
- навык освоение пространства репетиционного и сценического зала, линейное, круговое построение, основные фигуры-рисунки танца, положения в парах и в массовых коллективных номерах;
- умение определять характер музыки, менять характер движений в соответствии со сменами музыкальных частей;
- умение использовать сюжетные и драматургические элементы в инсценировках песен, хороводов;

- навыки использования самостоятельности, силы воли, осознание значения результатов своего творческого поиска.

Раздел 4 Формы и методы контроля, система оценок

4.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения учебного предмета «Танец» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года. В качестве средств текущего контроля успеваемости используются просмотры, зачетные занятия, открытые уроки, проверочные задания. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачетов. Зачеты проходят в виде просмотров, творческих показов, концертных выступлений. Зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся в конце учебного года в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

По завершении изучения предмета «Танец» по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

4.2 Критерии оценки

По итогам показа на контрольном уроке, зачете выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка «отлично»: технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.

Оценка «хорошо»: оценка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле).

Оценка «удовлетворительно»: исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненные движения, слабая техническая подготовка, отсутствие свободы исполнения и т.д.

Оценка «неудовлетворительно»: комплекс серьезных недостатков, являющийся следствием нерегулярного посещения занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы обучающегося;
- оценка на зачете.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти учебного года.

Согласно ФГТ, данная система оценки является основной.

Требования к зачету:

Обучающийся должен продемонстрировать следующие практические навыки:

- умение выполнять комплексы упражнений с учетом индивидуальных особенностей организма;
- уметь сознательно управлять своим телом;
- владеть упражнениями на развитие музыкальности, метроритма;
- уметь координировать свои движения;
- владеть в достаточной степени изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.

Раздел 5 Методическое обеспечение учебного процесса

5.1 Методические рекомендации преподавателям

При работе над танцевальным репертуаром важным моментом является развитие у обучающихся танцевальной выразительности, которая достигается систематической работой, когда обучающийся от более простых заданий, связанных с передачей характера музыки в двигательноритмических упражнениях, постепенно переходит к более сложным, передающим стиль, характер танцев, развитие образа персонажа в сюжетных постановках.

В процессе обучения следует учитывать физическую нагрузку, не допуская перенапряжения, не злоупотребляя партнерной гимнастикой и прыжковыми движениями. Широко могут быть использованы этюды, составленные самим преподавателем. Полезна этюдная работа над небольшими сюжетными танцами, отражающими школьную жизнь, сказочные сюжеты, образы животных, птиц, явления природы.

Как часть учебного процесса урок может содержать: организационный момент, восприятие, осознание и закрепление в памяти информации; овладение навыками и опытом творческой деятельности; усвоение системы норм и опыта эмоционального отношения к миру и деятельности в нем; контроль и самоконтроль преподавателя и обучающихся.

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

- наглядности (демонстрация приемов, видео и фотоматериалов, словесное описание и др.);
- доступности (посильность для обучающихся поставленных задач);
- систематичности (регулярное совершенствование техники элементов, чередование работы и отдыха).

Раздел 6 Учебно-методическое и информационное обеспечение

6.1 Список учебной и учебно-методической литературы

1. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб: ЛОИРО, 2000
3. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребенка. – М., 1968
4. Зимина А. Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. – М., 1998
5. Конорова Е. В. Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства. – М., 1963
6. Конорова Е. В. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972
7. Ладыгин Л. А. Музыкальное содержание уроков танца. – М., 1976
8. Ладыгин Л. А. Музыкальное оформление уроков танца. – М., 1980
9. Холл Д. Уроки танцев. Лучшая методика обучения танцам. – М.: АСТ: Астрель, 2009
10. Шершнев В. Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. – М.: «Один из лучших», 2008

6.2 Список музыкального материала

1. Барток Б. «Микрокосмос». Тетради 1, 2
2. Брамс И. Вергерские танцы: танец № 5 фа диес минор
3. Вебер К. Вальс из оперы «Волшебный стрелок»
4. Векерлен Ж. «В лесу осел с кукушкой»
5. Глинка М. «Камаринская», «Арагонская хота», «Вальс-фантазия», Восточные танцы из оперы «Руслан и Людмила»
6. Григ Э. «Утро» из драмы «Пер Гюнт», Норвежские танцы: Халлинг Ля мажор, «Шествие гномов», «Танец эльфов»

7. Дакен Л. «Кукушка»
8. Дворжак А. Славянские танцы: № 8 соль минор
9. Лядов А. «Кикимора», «Волшебное озеро», «Баба-Яга», «Музыкальная табакерка»
10. Моцарт В. «Маленькая ночная серенада», 2 ч., опера «Волшебная флейта»
11. Мусоргский М. «Картинки с выставки»
12. Прокофьев С. «Гадкий утенок», «Детская музыка», балет «Золушка»: «Часы», «Фея Сирени», опера «Любовь к трем апельсинам», «Сказки старой бабушки»
13. Равель М. Опера-балет «Дитя и волшебство»
14. Рахманинов С. Юмореска
15. Римский-Корсаков Н. Вступление к опере «Садко», опера «Снегурочка»: вступление, марш царя Берендея, опера «Сказка о царе Салтане»: «Три чуда», «Полет шмеля», симфоническая сюита «Шехерезада», 1 ч.
16. Россини Дж. «Кошачий дуэт»
17. Сен-Санс К. «Карнавал животных»
18. Стравинский И. Балет «Петрушка»: «Русская»
19. Чайковский П. «Времена года», «Детские песни», «Детский альбом», балет «Щелкунчик»: марш, сюита танцев.
20. Шопен Ф. Полонез Ля мажор
21. Шостакович Д. «Праздничная увертюра», «Танцы кукол»
22. Штраус И. «Марш Радецкого»
23. Шуберт Ф. Баллада «Лесной царь», вокальный цикл «Прекрасная мельничиха»: «Охотник», песня «Форель»
24. Шуман Р. «Альбом для юношества»: «Дед Мороз», «Детские сцены», «Карнавал»