

Департамент культуры города Москвы
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Москвы
"Детская школа искусств имени Ю.С.Саульского"

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Государственного бюджетного
учреждения дополнительного
образования г. Москвы
"Детская школа искусств
имени Ю.С.Саульского"
протокол от 16 июня 2026 г. № 5

УТВЕРЖДЕНА

приказом
Государственного бюджетного
учреждения дополнительного
образования г. Москвы
"Детская школа искусств
имени Ю.С.Саульского"
от 16 июня 2026 г. № 40/ОД

Дополнительная общеразвивающая
общеобразовательная программа в области театрального искусства
"Искусство театра"

Программа по учебному предмету
"Танец"

Составитель:
заместитель директора
по УМР
Ю.Н. Семенова

Москва
2026

Структура программы учебного предмета

- I. Пояснительная записка
- II. Структура и содержание учебного предмета
- III. Формы и методы контроля, система оценок
- IV. Методическое обеспечение учебного процесса
- V. Список рекомендуемой литературы

I. Пояснительная записка

Программа учебного предмета "Танец" разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273 "Об образовании в Российской Федерации", а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области музыкального исполнительства в Государственном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования детей города Москвы "Детская школа искусств имени Ю.С.Саульского" (далее – Учреждение).

Учебный предмет "Танец" относится к обязательной части дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы "Искусство театра" и изучается во взаимосвязи с такими предметами, как "Основы актерского мастерства", "Сценическое движение", "Подготовка сценических номеров".

Основу практической части предмета составляют классический, народно-сценический и историко-бытовой танцы. Современный театр-искусство синтетическое, требующее от юного артиста разнообразных умений и навыков. Хореография раздвигает рамки актерских возможностей обучающихся, дает возможность погрузиться в эпоху, "вжиться" в сценический материал.

Учебный предмет "Танец" направлен на формирование у обучающихся необходимых знаний в области объективных законов сценического движения и умения их использовать.

Задача первых двух лет обучения - дать обучающимся первоначальную хореографическую подготовку, развить общую музыкальность, чувство ритма и сформировать у них основные двигательные качества и навыки для занятий в дальнейшем классическим, народно-сценическим и историко-бытовым танцем. В итоге обучения происходит накопление знаний, умений, навыков, необходимых для следующих этапов освоения программы "Искусство театра".

Срок освоения учебного предмета "Танец" для детей, поступивших в образовательную организацию в первый класс в возрасте от шести с половиной до девяти лет, составляет 5 лет (с 3 по 7 классы).

Срок освоения учебного предмета "Танец" для детей, поступивших в образовательную организацию в первый класс в возрасте от десяти до двенадцати лет, составляет 3 года (с 3 по 5 классы).

Цель и задачи учебного предмета "Танец"

Целью учебного предмета "Танец" является развитие танцевально-исполнительских, пластических и художественно-эстетических способностей обучающихся на основе приобретенных знаний, умений, навыков в области классического, народно-сценического, историко-бытового танцев.

Задачи:

знание основной терминологии в области хореографического искусства;

знание элементов и основных комбинаций классического, народно-сценического, историко-бытового танцев;

знание средств художественной выразительности при создании образа в танцевальном жанре;

знание принципов взаимодействия музыкальных и танцевальных выразительных средств;

умение исполнять элементы и основные комбинации классического, народно-сценического и историко-бытового танцев;

умение запоминать и воспроизводить танцевальный текст;

навыки по применению упражнений с целью преодоления технических трудностей.

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 обучающимися;

репродуктивный – неоднократное воспроизведение полученных знаний, а также двигательных умений и навыков.

Описание материально-технических условий реализации предмета

Материально-техническая база образовательной организации 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). 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.

II. Структура и содержание учебного предмета

Объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета "Танец", отражен в учебном плане.

Требования по годам обучения

1-й год обучения

(3 класс по 5-летней программе и 3 класс по 7-летней программе)

К основной задаче первого года обучения относится воспитание основ танцевальной культуры на образцах классического, народно-сценического и историко-бытового танцев; развитие координации движений, умение слушать музыку, согласовывая движения и отражая ее характер.

На первом этапе обучения происходит формирование знаний о графическом рисунке танца, по линии танца, против линии танца, о роли центра, об интервалах в рисунке танца, а также формирование умения ориентироваться в пространстве.

1. Шаги:

бытовой;
легкий шаг с подскока;
боковой подскок;
русский простой шаг;
русский переменный шаг;
боковой подскок (галоп).

2. Позиции ног:

I, II, III (свободные), VI.

3. Позиции рук:

I, II, III,

положение рук за платье, за спину, опущенные вниз с отведенными от корпуса кистями.

4. Поклоны и реверансы:

в ритме полонеза;
в ритме вальса;
в ритме польки.

5. Полуприседания по I, II, III, VI позициям.

6. Вытягивание ног:

вперед и в сторону позициям;
в сочетании с полуприседанием.

7. Подъем на невысокие полупальцы по I, II, VI позициям.

8. Подъем на полупальцы в сочетании с полуприседанием.

9. Прыжки на двух ногах по VI позиции.

10. Движения для головы:

повороты вправо-влево;

наклоны корпуса вперед – назад;

повороты корпуса.

11. Движения для плеч и корпуса:

подъем и опускание плеч;

наклоны и повороты корпуса вперед и в сторону;

повороты корпуса.

12. Упражнения на ориентировку в пространстве:

повороты вправо и влево;

движения по линии танца и против линии танца;

движение по диагонали.

13. Построения и перестроения:

в колонну по одному;

в пары и обратно;

из колонны по два - в колонну по четыре;

из колонны в шеренгу;

в круг.

14. Положения рук, характерные для русского танца:

свободно опущенные вниз;

руки в бок.

15. Шаги:

простой русский шаг;

переменный.

16. Русский поклон.

2-й год обучения

(4 класс по 5-летней программе и 4 класс по 7-летней программе)

Закрепляются знания и навыки, полученные на первом году обучения. Идет дальнейшее развитие координации, выразительности исполнения. Развивается умение танцевать в ансамбле, воспитание дисциплинированности, манеры исполнения.

Середина

Элементы классического, народно-сценического и историко-бытового танцев:

1. Танцевальные шаги:

назад в медленном темпе,

шаг на полупальцах назад,

шаг с согнутым коленом на целой стопе и полупальцах,

бег с согнутыми ногами сзади.

- бег с вынесением ног вперед.
- 2. Полуприседания по I, II, III позициям.
- 3. Вытягивание ног:
в сторону, вперед по III позиции,
в сторону, вперед в сочетании с полуприседанием.
- 4. Подъем на полупальцы по III позиции.
- 5. Прыжки на двух ногах по I свободной позиции.
- 6. Положение en face и ераulemant.
- 7. Открывания и закрывания рук из подготовительного положения в IV позицию (через I, II позиции):
положение кисти: ладонь на талии; кулачок на талии.
- 8. Русский переменный ход в сочетании с руками.
- 9. Припадание в сторону из III свободной позиции.
- 10. Подскоки.
- 11. Русский бег.
- 12. Перескоки с ноги на ногу (подготовка к дробям).
- 13. "Гармошка" из стороны в сторону: С demi-plie и без plie.
- 14. "Елочка".
- 15. "Ковырялочка": с двойным притопом; с тройным притопом.
- 16. Поясной русский поклон.
- 17. Маленькие этюды на материале русского танца ("Веночки" З.Бархатовой).
- 18. "Падеграс" в редакции Е.Ивановой.

3-й год обучения

(5 класс по 5-летней программе и 5 класс по 7-летней программе)

Основной задачей третьего класса является изучение позиций рук, ног, головы и основных элементов экзерсиса у станка и на середине зала. Развитие координации движений, танцевальных элементов для сценической практики.

Станок

- 1. Позиции ног – I, II, III.
- 2. Позиции рук – подготовительное положение I, III, II (изучается на середине зала в I свободной позиции).
- 3. Demi-pliés– по I, II, III позиции.
- 4. Battements tendus по I позиции:
в сторону, вперед, назад;
с demi-pliés по I позиции в сторону, вперед, назад,
с passé par terre по I позиции.
в сторону, вперед, назад;
с demi-pliés по I позиции в сторону, вперед, назад;

5. Demi-rond de jambe par terre - en dehors и en dedans.

6. Battements tendus jetés:

по I позиции в сторону, вперед, назад,
pigué в сторону.

Середина

1. Позиции рук – I, II, III.

2. Demi-pliés – по I, II, en face.

3. Battements tendus по I позиции en face:
в сторону, вперед, назад, en face.

4. I port de bras.

5. Притопы:

одинарные,

двойные,

тройные.

6. "Гармошка" в повороте.

7. "Веревочка":

простая,

двойная,

с переступанием.

8. "Моталочка" в прямом положении.

Allegro

1. Tamps saut é - по I, II, III позициям.

2. Pas échapp é – по I, II, III позиции.

3. Pas balancé.

4. Pas chassé en face.

5. Pas de basque - вперед (сценический).

6. Pas gliss é.

7. Pas élevés.

8. Вальсовая дорожка вперед и назад.

4-й год обучения

(6 класс по 7-летней программе)

Продолжение изучения движений классического танца у станка и на середине, расширение материала народно-сценического танца. Изучение историко-бытовых танцев XIX века. Упражнения у станка изучаются вначале за две руки, затем по мере усвоения – за одну руку. Дальнейшее формирование навыков грамотно исполнять программные движения и танцы.

Станок

1. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans.

2. Battements tendus jetés:

по I позиции в сторону, вперед, назад,

pigué в сторону.

3. Положение sur le cou de pied – условное спереди, сзади и обхватное.

4. Battements frappés – в сторону носком в пол.

5. Подготовка к battements fondus – в сторону, вперед, назад.

6. Relevés на полупальцы – по I, II, III позициям.

Середина

1. Battements tendus по I позиции:

в сторону, вперед, назад;

с demi-pliés по I позиции в сторону, вперед, назад;

double battement tendu в сторону I позиции.

2. Русские шаги:

переменный с притопом;

переменный с каблука;

шаг с приставкой (два небольших последующих шага с последующей мягкой приставкой в I прямую позицию в полуприседание).

3. Поклон:

с простыми шагами вперед и назад.

4. Дроби:

дробная дорожка – непрерывная мелкая дробь с каблука (на месте, с продвижением вперед).

5. "Веревочка" - двойная.

6. "Хлопушки":

одинарные и двойные, удары фиксирующие и скользящие (мужские):

по бедру;

в ладоши.

7. Шаг полонеза сценический (на полупальцах) вперед и назад:

обвод дамы (совместный поворот влево).

8. Галоп в паре:

по линии танца;

против линии танца;

к центру и от центра.

9. Комбинированная полька с различными положениями рук (свободная композиция).

10. Pas élevés вперед и назад.

11. Полонез - маленькие композиции с различными перестроениями и комбинациями.

5-й год обучения

(7 класс по 7-летней программе)

Дальнейшее изучение классического экзерсиса у станка и на середине зала. Продолжение изучения элементов классического и народно-

сценического танцев. Развитие выразительности и танцевальности, усложнение лексики и появление этюдов на основе изученного материала.

В конце года рекомендуется показать небольшие композиции и этюды на материале народно-сценического и историко-бытового танцев.

Станок

1. Позиции ног – V, IV.
2. Demi- pliés – по I, II, V, IV позиции.
3. Grand pliés по I, II, V позициям.
4. Battements tendus по V позиции:
в сторону, вперед, назад,
с demi-pliés по V позиции,
с demi-pliés по II позиции.
5. Battements tendus jetés:
по V позиции в сторону, вперед, назад,
pigué в сторону, вперед, назад,
с demi-pliés по V позиции.
6. Battement soutenus по V позиции – в сторону, вперед, назад.
7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
8. Battement fondus - в сторону, вперед, назад в пол.
9. Battement frappés - в сторону, вперед, назад в пол.
10. Petit battement sur le-cou-de pied.
11. Relevés на полупальцы – по I, II, V позициям.
12. Grand battement - по I, V позициям в сторону, вперед, назад.

Середина

1. Grand pliés по I, II, V позициям en face.
2. Battements tendus по V позиции:
в позе croisé вперед, в сторону, назад,
double battement tendu в сторону из V позиции.
3. Temps lié par terre.
4. Русский народный танец:
бытовой шаг с притопом;
каблуком по полу;
полупальцами по полу.
5. Переменный шаг:
с притопом и продвижением вперед и назад,
с фиксацией одной ноги около икры другой и продвижением вперед и назад.
6. Боковое припадание:
с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги;
с двойным ударом спереди опорной ноги.
7. Перескоки с ноги на ногу по III свободной позиции с продвижением в сторону.

8. "Моталочка" в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.

9. "Веревочка":

с двойным ударом полупальцами;

простая с поочередными переступаниями.

10. Ключ простой на подскоках.

11. Простая дробь на месте.

12. Вальс во вращении:

вправо и влево;

в сочетании с па де баском.

13. Боковой скользящий шаг (glissade).

14. Комбинированный вальс в три па:

по одному и в паре;

боковой шаг-глиссад; вальс миньон - по одному и в паре.

III. Формы и методы контроля, система оценок

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

знание основной терминологии в области хореографического искусства;

знание элементов и основных комбинаций классического, народного сценического и историко-бытового танцев;

знание средств художественной выразительности при создании образа в танцевальном жанре;

знание принципов взаимодействия музыкальных и танцевальных выразительных средств;

умение исполнять элементы и основные комбинации классического, народного сценического и историко-бытового танцев;

умение запоминать и воспроизводить танцевальный текст;

навыки по применению упражнений с целью преодоления технических трудностей;

навыки исполнения элементов классического и народного сценического танцев,

а также:

знание о массовой композиции, сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца;

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.

Оценка качества реализации программы "Танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Успеваемость обучающихся 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.

По результатам итоговой аттестации выставляется оценка "отлично", "хорошо", "удовлетворительно", "неудовлетворительно".

IV. Методическое обеспечение учебного процесса

Необходимым условием подготовки актера всегда было всестороннее пластическое и двигательное развитие. Занятия танцем не только формируют специальные знания, умения и навыки, но и развивают физически, способствуют преодолению скованности движения, мышечных зажимов, неверной осанки или походки.

В работе с обучающимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен по принципу "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 обучающихся;
- 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.

V. Список рекомендуемой литературы

1. Базарова Н., Мей В. "Азбука классического танца". Учебно-методическое пособие. Л.-М, Искусство, 1983
2. Базарова Н. "Классический танец". Методика 4-го и 5-го годов обучения. Учебник. Л., Искусство, 1984
3. Ваганова А.Я. "Основы классического танца". Учебник. – СПб, "Искусство", 2000
4. Валукин Е. "Мужской танец". М., ГИТИС, 1987
5. Головкина С.Н. "Уроки классического танца в старших классах". Учебно-методическое пособие. М., Искусство, 1989
6. Костровицкая В., Писарев А. "Школа классического танца". Издание 3-е, дополненное. Учебник. Л., Искусство, 1986
7. Костровицкая В. "100 уроков классического танца" (1-8 классы). Методическое пособие. – М., Искусство, 1981
8. Мессерер А. "Уроки классического танца". – М., Искусство, 1967
9. Тарасов Н. "Уроки классического танца". Школа мужского исполнительства. М., Искусство, 1981
10. Сафронова Л. "Уроки классического танца". СПб, Академия русского балета имени А.Я.Вагановой, 2003

Дополнительная литература

1. Голейзовский К. "Образы русской народной хореографии". М., Искусство, 1964
2. Зацепина К. и другие. Народно-сценический танец. М., Искусство, 1976
3. Климов А. "Основы русского народного танца". М., Изд. Московского государственного института культуры, 1984
4. Устинова Т. "Избранные русские народные танцы". М., Искусство,

1996