

государственное автономное учреждение дополнительного образования
Свердловской области

«Детская школа искусств № 2 города Каменска-Уральского»

Программа рассмотрена
Педагогическим советом
ГАУДО «ДШИ №2»
Протокол 8
«01» сентября 2026 г.



Т.М. Субботина

2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ТЕАТРАЛЬНОГО ИСКУССТВА

Учебный предмет
ТАНЕЦ

для обучающихся 1-х классов
Детских школ искусств

г. Каменск-Уральский
2026 год

Разработчик: Лихачева Александра Александровна, преподаватель ГАУДО СО
«ДШИ № 2 г. Каменска-Уральского»

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Название раздела	Содержание раздела	№ стр.
I	Пояснительная записка	-Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе -Цели и задачи учебного предмета -Срок реализации учебного предмета -Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета -Сведения о затратах учебного времени -Форма проведения учебных аудиторных занятий -Структура программы учебного предмета -Методы обучения -Описание материально-технических условий реализации учебного предмета	4
II	Содержание учебного предмета	- Учебно-тематический план - Годовые требования	7
III	Требования к уровню подготовки учащихся	Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения	12
IV	Формы и методы контроля, система оценок	- Аттестация: цели, виды, форма, содержание - Критерии оценки	13
V	Методическое обеспечение учебного процесса		14
VI	Список литературы и средств обучения	- Список рекомендуемой методической литературы - Рекомендуемые Интернет-ресурсы	15

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Рабочая образовательная программа по предмету «Танец» для обучающихся 1 класса разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства Культуры Российской Федерации от 21.11.2013. №191 – 01 – 39/06 – ГИ, с учетом типовой учебной программы, примерной программы для детских школ искусств составитель: Е.А. Пинаева, а также является комплексной общеразвивающей образовательной программой с минимальными объемами учебного времени, необходимыми для начального ознакомления с театральным искусством

Программа «Танец» является базовым компонентом общеразвивающей программы в области театрального искусства. Предмет направлен всестороннее развитие телесного аппарата, пластической выразительности и музыкальность. Танец в театральном искусстве выступает как мощное средство сценической характеристики, он закладывает фундамент для органичного существования актера в пространстве сцены, расширяя его физические и выразительные возможности.

«Танец» находится в тесной межпредметной связи с другими дисциплинами программы, такие как театральные игры, художественное слово и подготовка сценических номеров. Танец непосредственно помогает в изучении данных дисциплин, где движения связываются со словами и музыкой.

Роль предмета заключается в развитии ребенка, способного решать не только вербальные, но и невербальные сценические задачи.

Цель программы – формирование у учащихся основ пластической культуры, развитие физических данных, координации, музыкальности и навыков владения своим телом как инструментом актерской выразительности.

Задачи:

- Сформировать понимание взаимосвязи движения и музыки (ритм, темп, характер).
- Дать базовые знания о позициях рук и ног, основах координации и работе с пространством.
- Обучить простым танцевальным комбинациям и этюдам.
- Развить физические данные: выносливость, силу, гибкость, прыжок.

- Развить мышечную память, координацию движений и чувство ритма.
- Развить навыки ансамблевой работы (синхронность, чувство партнера).
- Воспитать трудолюбие, дисциплинированность, целеустремленность.
- Воспитать умение адекватно оценивать свои достижения и работать над ошибками.
- Снять психофизические зажимы, способствовать раскрепощению личности.

Срок реализации учебного предмета.

Срок освоения программы по предмету «Танец» составляет 1 год. Продолжительность учебных занятий в году – 34 недели.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета.

Объем учебного времени составляет 51 час максимальной учебной нагрузки, из них: 34 часа – аудиторная нагрузка, 17 часов – самостоятельная Работа.

Сведения о затратах учебного времени.

Занятия подразделяются на аудиторные занятия и самостоятельную работу. Недельная нагрузка в часах:

Аудиторные занятия – по 1 часу в неделю.

Самостоятельная работа (внеаудиторная нагрузка) – 0,5 часа в неделю.

Форма проведения учебных аудиторных занятий.

Учебные аудиторные занятия проводятся в форме групповых занятий (от 11 до 16 человек в группе). Основной формой обучения является урок,

Занятия проводятся из расчета 1 час в неделю.

Рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут.

Структура программы учебного предмета.

Структура программы отражает все аспекты работы преподавателя с учеником и содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок;

- методическое обеспечение учебного процесса.

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

Методы обучения

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

- наглядный;
- наглядно-слуховой прием;
- наглядно-зрительный прием.

1. Наглядный. Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать: сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные хороводные построения.

2. Словесный. Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка и т. д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами. Применение его своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов и в дозировке их в зависимости от формы занятий и возраста детей. Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании игры (особенно в младшей группе); к объяснению, напоминанию — в упражнениях, танцах.

3. Практический. При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально – ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, подскоков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем уже включать их в игры, пляски и хороводы.

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

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

Средства, необходимые для реализации программы

Материально-технические:

- учебная аудитория, соответствующая требованиям санитарных норм и правил;
- учебная мебель;

- звуковая аппаратура;

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Введение. Ознакомление обучающихся с предметом «Танец».
2. Развитие отдельных групп мышц и суставов. Знакомство и закрепление упражнений разминки с целью постепенного разогрева и развития мышц и суставов обучающегося. Последовательное выполнение следующих упражнений: вращения головы, плечевого сустава, тазобедренного сустава, кистей рук, локтей, стоп и т. д.
3. Нумерация точек в пространстве
4. Виды рисунков в танцах. Построение мизансцен. Ракурсы
5. Виды шагов и ходов. Знакомство и закрепление обучающимися умений двигаться в пространстве.
6. Бег в хореографии.
7. Элементы классического танца. Постановка корпуса, работа рук, ног и головы
8. Элементы народного танца. Знакомство и закрепление обучающимися с основами русского народного танца: приседания, ковырялочка, выпады
9. Прыжки. Знакомство и закрепление обучающимися некоторых видов прыжков: простой, темповой, подскоки.
10. Музыкально-ритмические движения. Удары и хлопки

Учебно-тематический план.

1 год обучения.

№ п/п	Темы уроков	Вид учебного занятия	Общий объем времени (в часах)		
			Ауди- торные занятия	Самостоя- тельная работа	Макси- мальная учебная нагрузка
1.	Вводные уроки. 1.1 Знакомство с предметом «Танец». 1.2 Разминка- основа занятия. Развитие отдельных групп мышц и суставов	урок	2		2
2.	Нумерация точек в пространстве	урок	2	1	3

3.	Виды рисунков в танцах. Построение мизансцен. Ракурсы.	урок	4	2	6
4.	Виды шагов и ходов. Знакомство и закрепление обучающимися умений двигаться в пространстве.	урок	3	1	4
5.	Бег в хореографии.	урок	3	1	4
6.	Прыжки. Знакомство и закрепление обучающимися некоторых видов прыжков: простой, темповой, подскоки.	урок	3	1	4
7.	Элементы народного танца. Знакомство и закрепление обучающимися с основами русского народного танца: приседания, ковырялочка, выпады	урок	6	3	9
8.	Элементы классического танца. Постановка корпуса, работа рук, ног и головы	урок	6	3	9
9.	Музыкально-ритмические движения. Удары и хлопки	урок	4	2	6
10.	Итоговый показ	контроль ный урок,	1		1

		концерт			
	Итого:		34	17	51

Годовые требования

1. Вводные занятия.

1.1. Знакомство с предметом «Танец». Роль танца в театре. Важность дисциплины и безопасности: самое главное безопасность и уважение к своему телу.

1.2. Разминка – основа занятия. Цель разминки: постепенно разогреть организм, подготовить сердечно-сосудистую систему, мышцы, суставы и связки к основной нагрузке, предотвратить травмы.

Рекомендации:

-Все упражнения выполняются сверху вниз (от головы к стопам), чтобы системно разогреть все тело.

-Движения выполняются плавно и без рывков, амплитуда увеличивается постепенно.

-Педагог должен следить за правильной осанкой учащихся (прямая спина, опущенные плечи, подтянутый живот).

-Количество повторений: в среднем по 8-16 раз в каждую сторону, в зависимости от подготовленности группы.

2. Нумерация точек в пространстве. Понятия «сценическое пространство», «точка», «центр», «план». Упражнения на перемещения по точкам, например, «Запомни свой номер», «Переходы». Танцевальные комбинации на закрепление данной темы.

3. Виды рисунков в танцах. Построение мизансцен. Ракурсы

3.1. Понятие «рисунок танца». Виды: статические и динамические. Закрепление упражнениями «Живые фигуры», «Снежинка», «Змейка», «Спираль».

3.2. Понятие «мизансцена». Разбор основных мизансцен. Разбор переходных мизансцен.

Виды мизансцен:

1. Симметричные – передают равновесие, покой.

2. Асимметричные – подчёркивают динамику и напряжённость.

3. Фронтальные – ориентированы на прямое взаимодействие со зрителем.

4. Диагональные – создают перспективу и объёмность.

5. Круговые – создают эффект объединения, динамика по часовой стрелке усиливает движение.

- 6.Полукруговые – визуально работают как граница пространства.
- 7.Вертикальные – используют разную высоту сцены для увеличения пространства.
- 8.Точечные – создают атмосферу хаоса и выделяют центральную фигуру.
- 9.Спиральные – передают идею бесконечности или насыщенности сцены.
- 10.Шахматные – визуально увеличивают количество актёров.
- 11."Винт" или "штопор" – закрученная динамика движений.
- 12.Барельефно-монументальные – фиксируют неподвижность для передачи внутреннего напряжения.
- 13.Пунктирные – ритм движения с остановками.

Упражнения «Живая картина», «Охота на кадр»

3.3. Понятие «ракурс». Виды ракурсов:

Фас и полуфас – раскрывают выразительность лица и тела актёра.

Чистый профиль – создаёт статичный, замкнутый эффект.

Полуспинной и спинной ракурс – подчёркивает скрытые эмоции, завершённость сцены.

Упражнение «Фотограф и статуя».

4. Виды шагов и ходов. Понятия «шаг», «ход»

Виды:

- маршевый шаг
- шаг с пятки
- шаг сценический
- шаг на высоких полупальцах
- на полупальцах с высоко поднятым коленом вперед
- переменный
- мелкий с продвижением вперед (хороводный)
- приставной шаг с приседанием
- с притопом в продвижении вперед и назад

5. Бег в хореографии. Понятие «бег». Виды:

- сценический
- на полупальцах
- легкий (ноги назад)
- на месте
- стремительный
- «лошадки» на месте и в продвижении
- «жете» на месте и в продвижении с выводом ног вперед и назад

Упражнения «Бег с хлопками», «Зеркальный бег», «Бег в образе», «История в беге»

6. Прыжки

- на месте по VI позиции
- с продвижением вперед
- в повороте на $\frac{1}{4}$
- в повороте на $\frac{1}{2}$
- «разножка»
- «поджатый»

7. Элементы классического танца. Классический танец как направление.

Изучение элементов:

1. поклон
2. постановка корпуса
3. работа рук:
 - понятие «правая» и «левая рука»
 - положение рук на талии
 - перед грудью - за юбку
 - позиция рук 1,2,3
 - положение рук в кулаки
4. работа ног:
 - понятие «правая» и «левая нога»
 - первая позиция свободная
 - первая позиция параллельная
 - вторая позиция параллельная
 - вторая свободная
 - третья
5. Работа головы

Построение комбинаций

8. Элементы народного танца. Народный танец как направление.

Изучение элементов: ковырялочка, гармошка, полуприсед, полуприсед с каблуком

9. Музыкально-ритмические движения

- притопы (простой, двойной, тройной)
- хлопки (в ладоши, в ритмическом рисунке, в парах с партнером)
- изучение ударов стопой в сочетании с хлопками (стоя на месте)

Упражнения «Музыкальная шкатулка», «Мыши и мышеловка», «Волшебная шапочка», «Самолетики-вертолетики».

10. Контрольный урок. Закрепление данных тем. Может быть театрализованным показом.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

За время обучения обучающиеся должны приобрести ряд практических навыков:

- уметь выполнять комплексы упражнений.
- уметь сознательно управлять своими движениями.
- уметь координировать движения.
- владеть, в хорошей степени, изученными танцевальными движениями разных характеров и музыкальных темпов.
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

Оценка качества

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

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков или открытых показов. Контрольные уроки или показы в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Критерии оценивания

Качество подготовки обучающихся оценивается по пятибалльной шкале:

5 (отлично), 4 (хорошо), 3 (удовлетворительно), 2 (неудовлетворительно).

5 (отлично) - качественное, осмысленное исполнение упражнений и освоение полученных навыков.

4 (хорошо) - грамотное исполнение с небольшими недочетами.

3 (удовлетворительно) - исполнение с большим количеством недостатков, слабая физическая подготовка.

2 (неудовлетворительно) - непонимание материала и отсутствие психофизического развития в данном предмете.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

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;
- принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

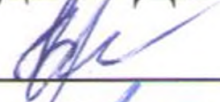
VI. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии / Т. К. Барышникова. — Москва: Рольф, 2000. — 272 с. — (Внимание: дети!).
2. Галейзовский, К.Я. Образы русской народной хореографии / К.Я. Галейзовский. — Москва: Искусство, 1964. — 363 с.
3. Голубовский, Б. Г. Пластика в искусстве актера: практическое пособие / Б. Г. Голубовский. — Москва: Искусство, 1986. — 189 с.
4. Климов, А. А. Основы русского народного танца: учебное пособие для вузов культуры и искусств / А. А. Климов. — 2-е изд. — Москва: Изд-во Моск. гос. ин-та культуры, 1994. — 253 с.
5. Колодницкий, Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей: учебно-методическое пособие для педагогов / Г. А. Колодницкий. — Москва: Просвещение, 2000. — 111 с.
6. Конорова, Е. В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1: в I и II классах музыкальной школы / Е. В. Конорова. — Москва: Музыка, 1972. — 87 с.
7. Конорова, Е. В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 1: Занятия по ритмике в подготовительных классах музыкальной школы / Е. В. Конорова. — Москва: Музгиз, 1963. — 72 с.
8. Конорова, Е. В. Методическое пособие по ритмике. Вып. 2: Занятия по ритмике в III и IV классах музыкальной школы / Е. В. Конорова. — Москва: Музыка, 1973. — 104 с.
9. Конорова, Е. В. Танец и ритмика / Е. В. Конорова. — Москва: Музгиз, 1960. — 56 с.
10. Лифиц, И. В. Ритмика: методическое пособие / И. В. Лифиц, Г. С. Франио. — Москва: Просвещение, 1987. — 126 с.
11. Панферов, В.И. Искусство хореографа / В.И. Панферов. — Челябинск : Челябинский государственный институт культуры, 2017. — 320 с. — ISBN 978-5-94839-576-0..
12. Программы для хореографических школ искусств / сост. С. М. Бахтов. — Москва: [б. и.], 1984. — 112 с.
13. Пустовойтова, М. Б. Ритмика для детей: учебно-методическое пособие / М. Б. Пустовойтова. — Москва: ВЛАДОС, 2008. — 127 с. — (Библиотека музыкального руководителя).
14. Руднева, С. Д. Ритмика. Музыкальное движение: методическое пособие для педагогов / С. Д. Руднева, Э. М. Фиш. — Москва: Просвещение, 1972. — 222 с.

- 15.Скрипина, Н.В Прикладная хореография в театрализованном представлении и празднике / Н.В Скрипина. — Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2008. — 159 с. — ISBN 978-5-94839-174-8.
- 16.Ткаченко, Т. С. Народные танцы / Т. С. Ткаченко. — Москва: Искусство, 1975. — 656 с.
- 17.Франио, Г. С. Ритмика в детской музыкальной школе: методическое пособие / Г. С. Франио. — Москва: Пресс, 1997. — 115 с.
- 18.Франио, Г. С. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей : методические рекомендации / Г. С. Франио. — Москва: [б. и.], 1989. — 78 с.
- 19.Чибрикова - Луговская, А. Е. Ритмика: методическое пособие / А. Е. Чибрикова - Луговская. — Москва: Дрофа, 1998. — 128 с.
- 20.Школа танца для юных: методическое пособие / сост. Н. А. Александрова. — Санкт-Петербург: Лань, 2003. — 190 с.

СОГЛАСОВАНО:

Методист ДШИ №2

 Л.А. Моисеева

«20» августа 2026 г.