

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

«РАССМОТРЕНО»

На заседании методического
совета по программам
дополнительного
образования
Руководитель
_____ Н.Е. Гордеева
Протокол № 4
от 17 марта 2026 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по
учебно-воспитательной
работе
_____ О.В. Носырева
«_____» _____ 2026

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор
ГБПОУ «Самарское
хореографическое
училище (колледж)»
_____ В.В. Малаховская
Приказ №54-ОД от 20.03.2026

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа
«Первые шаги к балету»

Рабочая программа по учебному предмету «Танец»

Самара 2026

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.	3
1.1 Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе	
1.2 Срок реализации учебного предмета	
1.3 Объем учебного времени	
1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий	
1.5 Цель и задачи учебного предмета	
1.6 Методы обучения	
1.7. Материально-технические условия реализации учебного предмета	
2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.	7
2.1 Учебно-тематический план	
2.2. Содержание разделов и тем по годам обучения	
3.ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	14
4. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК.	15
4.1 Аттестация: цели, виды, форма, содержание	
4.2 Критерии оценки	
5.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА.	17
5.1 Методические рекомендации преподавателям	
6 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.	19
6.1 Список учебной и учебно-методической литературы	
6.2 Методический видеоматериал	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

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

Содержание учебного предмета «Танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика». Учебный предмет «Танец» является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных предметов, ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры.

Данная программа приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании. Ее освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

1.2 Срок реализации учебного предмета «Танец».

Срок реализации данной программы составляет 10 месяцев.

1.3 Объем учебного времени.

Общая трудоемкость учебного предмета составляет 38 часов. Аудиторных занятий – 38 часов.

1.4 Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповые занятия.

1.5 Цели и задачи учебного предмета.

Цель учебного предмета – освоение и совершенствование основных элементов классического танца у станка и на середине зала.

Задачи учебного предмета:

- развитие и коррекция физического аппарата;
- овладение техникой исполнения движений классического танца;
- изучение терминологии классического танца;
- развитие артистичности, музыкальности исполнения комбинаций;

- развитие художественно-творческих способностей;
- формирование навыков взаимодействия с преподавателями, концертмейстерами и участниками учебного процесса.

Результат овладения техникой классического танца во многом зависит от физических данных, психических качеств и состояния здоровья детей.

1.6. Методы обучения.

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизведение творческих упражнений, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

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

1.7 Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

Материально-техническая база Учреждения соответствует санитарным и

противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- 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), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В Учреждении созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

Таблица 1

Классы/количество часов	1год обучения
	Количество часов
Максимальная нагрузка (в часах)	38
Количество часов на аудиторную нагрузку	38
Год обучения	1
Недельная аудиторная нагрузка	1

Таблица 2

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основная задача обучения – последовательное, целенаправленное приобретение учащимися комплекса специальных навыков:

полноценное ощущение себя в пространстве;

развитие осанки, освоение позиций рук, ног, положений корпуса и головы;

развитие выносливости и умения владеть различными группами мышц - как вместе, так и поочередно;

развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработки устойчивости;

овладение техникой исполнения упражнений классического танца.

Особенно важно сформировать основы хореографических навыков – правильная постановка корпуса, ног, рук, головы; развитие выворотности и натянутости ног, гибкости корпуса, укрепления физической выносливости; освоение позиций рук, элементарных навыков координации движений; развития музыкальности, умения связывать движения с ритмом и темпом музыки.

В период обучения по предмету «Танец» преподаватель занимается выработкой навыков правильности и чистоты исполнения, точной согласованности движений, развития выворотности, воспитания силы и выносливости, освоения простейших танцевальных элементов, развития артистичности. Применение разнообразных физических упражнений способствует укреплению мышечного тонуса, развитию гибкости, силы ног, спины и пресса, выворотности. Во время обучения необходимо чередовать упражнения различного характера и интенсивности, используя в работе приемы показа и сравнения.

Примерный рекомендуемый список изучаемых движений:

Экзерсис у станка

1. Позиции ног: I, II.
2. Demi-plies по I, II позициям.

3. Battements tendus из I позиции во всех направлениях:
 - с demi-plies.
4. Passe par terre:
 - с demi-plies по I позиции,
 - с окончанием в demi-plies.
5. Battements tendus jete из I позиции во всех направлениях.
6. Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans.
7. Положение ноги sur le cou de pied:
 - «условное» спереди, сзади,
 - «обхватное».
8. Battements releves lent на 45^0 и 90^0 во всех направлениях лицом к станку;
9. Grand battements jete из I позиции во всех лицом к станку;
10. Releves по I, II позициям:
 - с вытянутых ног,
 - с demi plie.
11. Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях:
 - в сторону, вперед, назад.

Экзерсис на середине зала

1. I форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans).
2. Demi plies по I, II позициям.
3. Battements tendus из I позиции во всех направлениях;
 - с demi plie.
4. Battements tendus jete во всех направлениях из I позиции.
5. Demi rond de jambe par terre;
 - rond de jambe par terre (полный круг) .
6. Battements releves lent во всех направлениях на 90^0 .
7. Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке.
8. 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 обучения проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Уровень подготовки учащихся является результатом освоения программы учебного предмета «Танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание элементарных основ профессиональной балетной терминологии;
- знание основных элементов классического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы;
- умение исполнять основные элементы классического танца;
- умение исполнять простейшие композиции классического танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при изучении движений классического танца и разучивании хореографического произведения;
- навыки музыкально-пластической выразительности;
- умение запоминать и воспроизводить текст классического танца.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения учебного предмета "Танец" включает в себя итоговую аттестацию учащихся, в виде контрольного урока, который может проходить в виде просмотров концертных номеров. По итогам контрольного урока выставляется недифференцированная оценка «зачтено», «незачтено».

Критерии оценок

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

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

Таблица 2

Оценка	Критерии оценивания выступления
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.
«незачтено»	Свидетельствует о неудовлетворительном освоении учебной программы

V. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

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. Ярмолевич Л. «Классический танец». Л.: «Музыка», 1986