

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ШКОЛА»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ЛЮБЕРЦЫ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

Предметная область

ПО.01. «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО»

**Программа по учебному предмету
ПО.01.УП.06 «МУЖСКОЙ ТАНЕЦ»**

Возраст детей: 5 – 10 лет

Срок реализации: 3 года

**Люберцы
2026**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МУДО «ДХРШ» А.В. Шмелёва
Протокол № 1
«26» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО
Методическим Советом
МУДО «ДХРШ» В.А. Шмелёва
«26» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МУДО «ДХРШ»
Т.И. Тропина



Авторы (составители):

Преподаватель высшей квалификационной категории – Галкин Алексей
Вячеславович

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

II. Планируемые результаты освоения

- *Срок реализации учебного предмета;*

III. Учебный план

- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*

IV. Календарный учебный график

V. Рабочие программы УП

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

VI. Система, критерии оценок и форма промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения программы "Хореографическое творчество" обучающимися

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

VII. Программа творческой, методической и просветительской деятельности

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*
- *Рекомендации по использованию методов организации и реализации образовательного процесса, направленных на обеспечение теоретической и практической подготовки;*
- *Рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся*
- *Список основной литературы;*
- *Список дополнительной литературы;*

I. Пояснительная записка

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

Программа по учебному предмету «Мужской танец» составлена для «Детской хореографической школы» городского округа Люберцы Московской области в соответствии с Федеральными государственными требованиями к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства.

Учебный предмет «Мужской танец» направлен на:

- физическое и эстетическое развитие;
- комплексно воздействует на ребенка, формируя правильную осанку, координацию, выносливость;
- воспитывает эстетический вкус.

«Мужской танец» является одним из профилирующих предметов хореографического образования. В процессе его изучения дети знакомятся с различными танцевальными культурами, с бытом и историей народов, в частности, мужскими движениями, постановкой рук и ног, корпуса, мужскими комбинациями и непосредственно – трюками.

Систематические занятия дают возможность развить у ребенка восприятие национального своеобразия танцев, манеры и характера исполнения. Данная программа по предмету «мужской танец» определяет объем и последовательность материала в процессе обучения. В отличие от хореографического колледжа занятия мужским танцем можно начинать параллельно с классическим, народным и русским танцем. Учебный материал сгруппирован по степени возрастающей сложности.

Занятия по мужскому танцу состоят из экзерсиса на середине зала. Учитывая возраст ребенка и его неспособность длительное время концентрировать свое внимание на одном предмете, занятия в первом классе рекомендуется проводить, в форме игры, апеллируя к творческому сознанию ребенка через образы животных, элементарных понятий, доступных для

восприятия мальчика. Преподавателю важно учитывать равновесие между дисциплиной на уроке и раскрепощённостью детей, добиваясь точности исполнения танцевальных движений и свободой выразительности.

Занятия по «мужскому танцу», как и другие специальные хореографические дисциплины, призваны воспитать основы общей культуры подрастающего поколения. В процессе занятий у детей формируются не только представления о хореографии, но и элементы общечеловеческой культуры: корректное поведение, ответственность, трудолюбие, самоконтроль. А также координация, внимание и физическое развитие. Все эти качества связаны с творчеством. Они являются базой для дальнейшего развития творческой жизни детей.

2. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие танцевально-исполнительских способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, познакомить с особенностями исполнения мужского народного танца; привить учащимся умение слышать и слушать музыку.

Задачи:

- знание элементов и основных комбинаций мужского танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;
- развитие детской эмоциональной сферы, воспитание музыкального, эстетического вкуса, интереса и любви к танцу и классической музыке, желания слушать и исполнять ее;
- укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащегося;
- приобретение учащимися опорных знаний, умений и способов хореографической деятельности, обеспечивающих в совокупности необходимую базу для последующего самостоятельного знакомства с хореографией, самообразования и самовоспитания;
- развитие музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства метроритма, музыкальной памяти;

- развитие музыкального восприятия как универсальной музыкальной способности ребенка;
- развитие внимания, воли и памяти ученика, выработка твердости характера, трудолюбия, настойчивости, упорства, умения выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения;
- умение осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью;
- умение давать объективную оценку своему труду.

3. 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;
- 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».

4. 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 танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

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

5. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

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

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м, 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 для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. Планируемые результаты освоения

Результатом освоения программы учебного предмета «Мужской танец» является сформированный комплекс знаний, умений и навыков, таких, как:

- умение внимательно слушать педагога;
- умение максимально правильно воспроизвести заданное движение;
- проявлять старание в выполнении упражнений и внимательно слушать музыкальный материал;
- проявлять аккуратность в форме;
- заинтересованность в освоении предмета.

1. Срок реализации учебного предмета «Мужской танец»

Срок реализации данной программы составляет 3 года по 8-летней образовательной программе в области «Хореографическое творчество». Для учащихся, планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок освоения может быть увеличен на 1 года (9 класс).

2. Требования по годам обучения

Срок обучения 3 года

1 класс

(1 год обучения)

На первом году обучения задача состоит в том, чтобы донести до ученика общие понятия хореографии и мужского танца, научить сосредотачиваться на задачах преподавателя. На втором году обучения- более глубокое ознакомление с

мужским танцем. Объясняются позиции рук, ног. Даются комбинации на развитие координации. Задачи третьего года обучения- элементарные вращения, растяжка. Задачей четвёртого года обучения является овладением начальных навыков выполнения комбинаций в паре (с партнёром). На пятом году- задачей обучения ставится аккуратность исполнения и точность движения. Задача шестого года обучения- развитие прыжка. Задачей седьмого года обучения является развитие в учениках навыков анализа комбинаций и умение комбинировать трюки. На восьмом году обучения ученикам преподаются высокие прыжковые трюки, что и является задачей курса. Задача девятого года обучения – довести весь разученный материал до отличного уровня исполнения.

Занятия проводятся один раз в неделю, по одному часу, 33 часа в год.

Основные задачи:

- Развитие ритмичности и музыкальности;
- Активизация внимания, «моторной памяти»;
- Постановка головы и корпуса – осанка, понятие «анфас», «профиль»;
- Знакомство с основными свободными позициями ног, положениями рук.
- Прыжки. Простые, поджатые, с поворотом на 180°. Простая разножка.
- Подготовка к присядкам. Простые присядки, мячики.

Осанка – правильное положение корпуса: лопатки опущены вниз, корпус подтянут.

Голова. Взгляд направлен на уровне глаз. Шея свободна, не напряжена.

Упражнения для головы:

Поворот головы в профиль: вправо, влево; вверх, вниз.

Позиции и положения ног:

I, II, III, VI - свободные позиции. Ноги поставлены так, чтобы носки находились под углом между открытыми и прямыми позициями.

Корпус распределен равномерно на обе ноги.

Положения рук: подготовительное – руки опущены вдоль корпуса, кисти повернуты ладонью к бедрам, пальцы свободно сгруппированы вместе. И руки на поясе, ладони прижаты к поясу, локти раскрыты в стороны.

Глубокие приседания по I-й позиции, поднимая пятки с пола. Спина предельно прямая, лопатки и верх спины контролируют равновесие, руки на поясе.

Мячики по I-й и VI-й позиции. В продвижении и на месте. Руки на поясе, или перед собой сложенные в рамку у груди.

2 класс

(2 год обучения)

Знакомство с основными позициями рук, простейшими движениями. Формирование творческого мышления детей. Занятия проводятся на середине зала. Позиции рук: I, II, III. Упражнения первого года обучения усложняются и добавляются новые

Начало урока (разогрев), для всех классов, проводится по схеме первого года обучения. После растяжки («лягушки», «колечка» и «корзиночки»), прыжки.

«Крокодильчик» на месте без добавления рук.

«Тараканчик» по прямой.

«Лягушка» в продвижении.

Гусиный шаг.

«Мячик» в сторону в продвижении.

«Подсечка»

В конце 2-ого года обучения учащиеся должны иметь хорошую координацию движений, быть внешне и внутренне свободными.

3 класс

(3 год обучения)

Предмет народно-сценический танец и его составные части. Терминология мужского танца. Знакомство с элементами и манерой исполнения.

К экзерсису на середине зала, в элементе растяжка исключаются упражнения «колючко» и «корзинка». Добавляется упражнение растяжки «шпагат». Добавляются прыжки «стульчик» на месте и в продвижении.

Ползунок на одну руку на месте.

Колесо по кругу.

Усложнённые варианты присядки.

Присядка с выносом ноги в продвижении.

«Тараканчик» по кругу

«Метёлочка»

«Мячик»- заноска, «мячик»- разножка.

«Качалочка» с выносом ноги в сторону, упором руки в пол.

Подводящие упражнения к «ползунку», такие как «ползунок» у станка.

В конце третьего года обучения учащиеся должны знать терминологию народно-сценического танца, владеть координацией изученных движений.

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

Срок обучения 3 года

	Распределение по годам обучения		
Классы	1	2	3
Продолжительность учебных занятий в году (в неделях)	33	33	33
Количество часов на практические аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные занятия)	33	33	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные занятия)	99		

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, зачетам, экзаменам, творческим конкурсам и другим мероприятиям по усмотрению образовательного учреждения. Консультации могут проводиться рассредоточено или в счет резерва учебного времени. В случае, если консультации проводятся рассредоточено, резерв учебного времени используется на самостоятельную работу обучающихся и методическую работу преподавателей.

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 и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

III. Учебный план

- 1. Объем учебного времени,** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Мужской танец».

Срок реализации образовательной программы «Хореографическое творчество» 3 года

Классы/количество часов	1-3 классы		
	Количество часов (общее на 3 года)		
Максимальная нагрузка (в часах)	99		
Количество часов на аудиторную нагрузку	99		
Общее количество часов на аудиторные занятия	99		
Классы	1	2	3
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1

2. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

мелкогрупповая (от 2 до 10 человек), рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут.

IV. Календарный учебный график

Классы	Аудиторные занятия, в том числе промежуточная аттестация в виде зачетов и контрольных уроков	Промежуточная аттестация (экзаменационная)	Резерв учебного времени	Итоговая аттестация	Каникулы	Всего
I	32	I	1		18	52
II	33	1	1		17	52
III	33	I	1		17	52
IV	33	1	1		17	52
V	33	1	1		17	52
VI	33	1	1		17	52
VII	33	1	1		17	52
VIII	33		1	2	4	40
Итого:	263	7	8	2	124	404

V. Рабочие программы УП

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ПРЕДМЕТУ «МУЖСКОЙ ТАНЕЦ»

Срок обучения по программе – 3 года

1 класс (1 год обучения)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Поклон – дисциплинирует ребенка и приучает к правилам хорошего тона	0,5
2	Поднятие на полупальцы - приседание	0,5
3	Прыжки по VI позиции	0,5
4	Прыжки с поджатыми ногами	0,5

5	Шаги под музыку с вытянутым носком по I свободной позиции	1
6	Бег по кругу, ноги по переменному достают пятками до ягодиц и коленями вперёд	0,5
7	Сидя на полу, кисти рук скрещены в «замок», ноги широко раздвинуты по сторонам, колени вытянуты, наклоны вперёд и по сторонам	1,5
8	Упражнение «щучка».	2
9	Упражнение «лягушка»	2
10	Упражнение «колечко»	2
11	Упражнение «корзиночка»	2
12	Медленные, полные приседания- подъёмы.	2
13	Упражнение «мячик»	2
14	Упражнение «крокодильчик»	2
15	Упражнение «тараканчик» по прямой	3
16	Упражнение «лягушка», прыжки из положения в присяде по прямой	3
17	Простые хлопки	1
18	Хлопки по коленям.	3
19	Повторение, закрепление пройденного материала	4
	Всего:	33

2 класс (2 год обучения)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Прыжки с поворотами на пол- круга	3
2	Открывание рук (разучивание позиций рук)	2
3	«Подсечка»	2
4	Присядка с выносом ноги в сторону, на воздух	2
5	Присядка с выходом на две ноги, на каблук (разножка внизу)	3
6	Присядка с выходом на обе ноги, на полные стопы	3
7	Упражнение «тараканчик» по кругу	4
8	Упражнение гусиный шаг	3
9	Подготовка к упражнению «колесо»	4
10	Хлопки по бёдрам и стопам. Хлопушка из постановки «Козлята»	3
11	Повторение и закрепление пройденного материала	4
	Всего:	33

3 класс (3 год обучения)

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Упражнение «шпагат», на правую – левую ногу, поперечный «шпагат»	3
2	«Мячик»- заноска, «мячик»- разножка.	3
3	Ползунок на одну руку	3
4	Упражнение три «мячика»- разножка (в пол)	4
5	Упражнение «ползунок» на одну руку	4
6	Упражнение «качалочка» (ноги вытягиваются попеременно в пол, из положения присядка)	2
7	Подготовка к упражнению «собачка», или «выкидка»	3
8	Присядки	3
9	Упражнение «колесо» по кругу	4
10	Упражнение «лягушка», в продвижении	4
	Всего:	33

VI. Система, критерии оценок и форма промежуточной и итоговой аттестации результатов освоения программы «Хореографическое творчество»

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы "Мужской 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 форме 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 средства и методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

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

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной.

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 хореографического 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.

График промежуточной и итоговой аттестации

Класс	Вид, форма и время проведения аттестации		
	Промежуточная		Итоговая
	Форма проведения	Полугодие	Год
1 (1 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок
2 (2 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок
3 (3 год)	Контрольный урок	-	Контрольный урок

VII. Программа творческой, методической и просветительской деятельности

Методические рекомендации педагогическим работникам

- Педагог не должен оставлять учеников в зале без присмотра.
- Внимательно следить за каждым выполнением трюка.
- При начальном исполнении обязательно страховать ученика, до уверенного исполнения движения.
- Упражнения изначально исполняются на месте, затем по прямой, затем, по необходимости, по кругу.
- После каждого урока необходимо проветривать помещение.

Список используемой литературы:

1. Богданов Г. Урок русского народного танца. –М., 1995
2. Гуменюк А. Украинские народные танцы. –Киев, 1969
3. Гвоздева Т. Русский народный танец и методика его преподавания. 2003

4. Слыханова В. Формирование движенческих навыков (Движения и элементы мужского народного танца).
5. Климов А. Основы русского танца. –М., 1994
6. Гусев Г. Методика преподавания народного танца (упражнения у станка).-М., 2002
7. Ткаченко Т. Народный танец. –М., 1967, 1975
8. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. –М., 1996
9. Каблуков Д. Здоровье в балете. -Владивосток, 2019