

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ПРЕЗИДЕНТСКИЙ ЛИЦЕЙ «СИРИУС»  
(АНОО «ПРЕЗИДЕНТСКИЙ ЛИЦЕЙ «СИРИУС»)**

---

СОГЛАСОВАНО

Решением педагогического совета

Протокол № 1

от «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом

АНОО «Президентский Лицей «Сириус»

от «01» сентября 2023 г.

№ 211/4-ОД-Л

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Классический танец»

Возраст: 6-12 лет

Автор: Погуралова Екатерина Сергеевна,

Попкова Альбина Олеговна,

Стребко Светлана Сергеевна,

преподаватели «Центра танца Светланы Захаровой»

Срок реализации: 5 лет

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебный план.....	5
3. Календарный учебный график .....	8
4. Рабочая программа.....	9
5. Планируемые результаты освоения учащимися образовательной программы .....	20
6. Методические и оценочные материалы.....	21
7. Список литературы .....	22
8. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	23

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Художественная»** (далее – программа): «Классический танец».

**База реализации программы:** АНОО «Президентский Лицей «Сириус»  
**Новизна**

Новизна программы состоит в ознакомлении учащихся дошкольного и школьного возраста с классическим танцем посредством смежных дисциплин: танец, гимнастика партерная, классический танец. Все это является начальной ступенью в хореографическом искусстве. Освоив ее, учащиеся будут более подготовлены к дальнейшему хореографическому развитию.

На занятиях по предмету «танец» происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. На уроке развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства.

Для развития данных качеств в программу обучения вводится учебный предмет гимнастика, задача которого состоит в том, чтобы с помощью специальных упражнений подготовить учеников к успешному освоению движений классического танца. Основное достоинство гимнастики, как средства физического воспитания учащихся, заключается в том, что она располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию двигательного аппарата и формировать необходимые двигательные навыки.

Учебный предмет классический 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. Именно на уроках классического танца осуществляется профессиональная постановка, укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащихся, воспитание чувства позы и музыкальности.

### **Актуальность**

Программа «Классический танец» вызывает активный интерес у детей и родителей, направлен на воспитание интереса и любви к танцу и искусству в целом, на овладение основами исполнения классического наследия, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребенка и раскрытие его творческих способностей, а также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и двигательной выразительности. Программа ориентирована на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области хореографии. Освоение содержания программы способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности. Программа разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

**Цель программы:** развитие музыкально-ритмических и двигательных способностей учащихся через овладение основами музыкально-ритмической культуры, знаниями и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений. Постичь основы классического танца. Знать и исполнять репертуар классического наследия.

### **Задачи программы**

#### **Обучающие:**

- воспитание творческой индивидуальности ребенка;
- освоение двигательных навыков, способствующих развитию координации движения;
- умение передавать характер и образное содержание музыки;
- развитие темпово-ритмической памяти учащихся

#### **Развивающие:**

- развитие музыкальных способностей: музыкальной памяти и ритма;
- формирование правильной осанки, развитие хореографических данных;
- развитие внимания, воли и памяти ученика, выработка твердости характера;
- развитие трудолюбия, упорства;
- развитие эстетического вкуса и восприятия культуры в целом

#### **Воспитательные:**

- воспитание музыкального и эстетического вкуса;
- воспитание интереса и любви к танцу и классической музыке;
- воспитание организованности, дисциплинированности, четкости, аккуратности

### **Особенности программы**

На занятиях происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармоничного сочетания музыкального, двигательного, физического и интеллектуального развития. Дети получают возможность самовыражения через музыкально - игровую деятельность в младших классах, и постигать азы классического наследия – в старших классах.

Главная цель - научить ребенка эмоционально воспринимать музыку и передавать ее характер в движениях. Умение понимать музыкальный язык формируется в разных видах учебной деятельности, таких как: развитие мелодического слуха, чувства ритма, координации движений с музыкой. Это создает основу для дальнейшей реализации предпрофессиональной образовательной программы в области хореографического искусства.

### **Особенности программы**

Важной особенностью программы, является свободное развитие личности ребенка, и поддержание его физического и психического здоровья, формирование у личности таких качеств, как воспитание внутренней эстетики и культуры танца.

**Программа рассчитана:** на учащихся в возрасте от 6 до 12 лет.

**Наполняемость группы:** до 15 человек.

**Специальная подготовка по направлению программы:** не требуется.

**Объем дополнительной общеразвивающей программы:** 680 ак. ч./5 лет

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раз в неделю по 2 ак. часа (1 ак. час – 40 минут),

**Формы обучения:** очная.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Таблица № 1 «Классический танец» 1 год обучения**

№	Тема занятий	Количество часов			Форма текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации обучающихся
		теория	практика	всего	
	<b>ВВОДНЫЙ БЛОК</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>	-
	Техника безопасности на занятиях в зале	0,5	-		-
	История танца	0,5	-		-
	<b>Танец</b>	<b>2</b>	<b>46</b>	<b>48</b>	Открытый урок
	Изучение основ классического танца	1	15	16	-
	Изучение и выполнение базовых упражнений и комбинаций у станка	0,5	15,5	16	-
	Изучение основных базовых упражнений и комбинаций на середине зала.	0,5	15,5	16	-
	<b>Партерная гимнастика</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Открытый урок
	Упражнения на развитие физических данных ( стопа; выворотности: ТБС, голеностоп, коленный сустав; мышцы КОРа)	-	15		-
	Упражнения на эластичность связочного аппарата	-	15		-
	Комплекс упражнений направленный на силу, гибкость, выносливость.		14		-
	<b>Подготовка концертных номеров</b>	-	<b>43</b>	<b>43</b>	<b>Открытый урок</b>
	<b>ВСЕГО</b>			<b>136</b>	

**Таблица № 2 «Классический танец» 2 год обучения**

№	Тема занятий	Количество часов			Форма текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации обучающихся
		теория	практика	всего	
	<b>ВВОДНЫЙ БЛОК</b>	<b>1</b>	-	<b>1</b>	-
	Техника безопасности на занятиях в зале	0,5	-		-
	История Балета например	0,5	-		-
	<b>Классический танец</b>	<b>1</b>	<b>46</b>	<b>47</b>	Контрольный урок
	Экзерсис у палки	-	15		-
	Экзерсис на середине зала	-	15		-
	Прыжки	-	16		-
	<b>Партерная гимнастика</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Упражнения на развитие физических данных ( стопа; выворотности: ТБС, голеностоп, коленный сустав; мышцы КОРа)		15		
	Упражнения на эластичность связочного аппарата	-	15		-
	Комплекс упражнений направленный на силу, гибкость, выносливость.	-	13		-
	<b>Подготовка концертных номеров</b>	-	<b>44</b>	<b>44</b>	<b>Контрольный урок</b>
	<b>ВСЕГО</b>			<b>136</b>	

**Таблица № 3 «Классический танец» 3 год обучения**

№	Тема занятий	Количество часов			Форма текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации обучающихся
		теория	практика	всего	
	<b>ВВОДНЫЙ БЛОК</b>	<b>1</b>	-	<b>4</b>	-
	Техника безопасности на занятиях в зале	0,5	-		-
	История хореографии	3,5			
	<b>Классический танец</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Экзерсис у станка		15		-
	Экзерсис на середине зала		15		-
	Прыжки		14		-
	<b>Партерная гимнастика</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Упражнения на развитие физических данных ( стопа; выворотности: ТБС, голеностоп, коленный сустав; мышцы КОРа)	-	15		
	Упражнения на эластичность связочного аппарата	-	15		-
	Комплекс упражнений направленный на силу, гибкость, выносливость.	-	14		-
	<b>Подготовка концертных номеров</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	<b>Выступление на сцене</b>
	<b>ВСЕГО</b>			<b>136</b>	

**Таблица № 4 «Классический танец» 4 год обучения**

№	Тема занятий	Количество часов			Форма текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации обучающихся
		теория	практика	всего	
	<b>ВВОДНЫЙ БЛОК</b>	<b>1</b>	-	<b>4</b>	-
	Техника безопасности на занятиях в зале	0,5	-		-
	История хореографии	3,5			
	<b>Классический танец</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Экзерсис у станка		15		-
	Экзерсис на середине зала		15		-
	Прыжки		14		-
	<b>Партерная гимнастика</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Упражнения на развитие физических данных ( стопа; выворотности: ТБС, голеностоп, коленный сустав; мышцы КОРа)	-	15		
	Упражнения на эластичность связочного аппарата	-	15		-
	Комплекс упражнений направленный на силу, гибкость, выносливость.	-	14		-
	<b>Подготовка концертных номеров</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	<b>Выступление на сцене</b>
	<b>ВСЕГО</b>			<b>136</b>	

**Таблица № 5 «Классический танец» 5 год обучения**

№	Тема занятий	Количество часов			Форма текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации обучающихся
		теория	практика	всего	
	<b>ВВОДНЫЙ БЛОК</b>	<b>1</b>	-	<b>4</b>	-
	Техника безопасности на занятиях в зале	0,5	-		-
	История хореографии	3,5			
	<b>Классический танец</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Экзерсис у станка		15		-
	Экзерсис на середине зала		15		-
	Прыжки		14		-
	<b>Партерная гимнастика</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	Контрольный урок
	Упражнения на развитие физических данных ( стопа; выворотности: ТБС, голеностоп, коленный сустав; мышцы КОРа)	-	15		
	Упражнения на эластичность связочного аппарата	-	15		-
	Комплекс упражнений направленный на силу, гибкость, выносливость.	-	14		-
	<b>Подготовка концертных номеров</b>		<b>44</b>	<b>44</b>	<b>Выступление на сцене</b>
	<b>ВСЕГО</b>			<b>136</b>	

### **3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

**Количество учебных недель: 34/170**

**Начало освоения программы: сентябрь**

**Окончание освоения программы: май**

Сроки плановых перерывов (каникул):

- осенний (последняя неделя октября);
- зимний (новогодние каникулы);
- весенний (вторая неделя апреля);
- летний (июнь - август).

Сроки промежуточной аттестации: последние недели мая.

## 4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Структура занятия

#### Структура занятия «Основной учебной части»

Теория. Введение в историю возникновения (направления).

1. Разогрев
2. Экзерсис у станка.
3. Экзерсис на середине зала.
4. Прыжки (на месте и в продвижении)

#### Структура занятия «Партерной гимнастики»

1. Разогрев.
2. Комплекс упражнений в партере (на ковриках)
3. Гимнастические упражнения на силу, гибкость и выносливость.

#### Структура занятия «Подготовка концертных номеров»

1. Разучивание танцевальных комбинаций.
2. Работа над композиционным решением (построение, рисунков, планов, и тд)
3. Работа с музыкальным материалом и идейным смыслом танцевальной композиции.

### Рабочая программа 1 года обучения.

#### Основная учебная часть (теория - 3 часа, практика- 46 часа)

Основной задачей является постановка корпуса, ног, рук и головы. Изучение движений экзерсиса у станка и на середине зала, прыжков, движений на пальцах. Овладение элементарными навыками координации, музыкальностью и выразительностью исполнения port de bras и других движений. Работа над развитием профессиональных данных учащихся. Первоначальное знакомство с техникой полуповоротов и поворотов на двух ногах.

#### *Экзерсис у станка*

1. Позиции ног – I, II, III, V.
2. Позиции рук – подготовительное положение; 1, 2, 3 позиции.
3. Demi-pliés по I, II и V позициям.
4. Grand plies по I, II, и V позициям.
5. Battements tendus из I позиции, после усвоения из V позиции:
  - в сторону, вперед, назад;
  - с demi-pliés в сторону, вперед, назад;
  - demi-plies во II позицию без перехода и с переходом с опорной ноги;
  - с опусканием пятки во II позицию;
  - с passé par terre.
6. Plié-soutenus в сторону, вперед, назад.
7. Battements tendus jetés из I и V позиций в сторону, вперед, назад.
8. Demi-rond de jambe и rond de jambe par terre en dehors и en dedans (вначале объясняется понятие en dehors и en dedans).
9. Положение sur le cou de pied – спереди, сзади и обхватное.
10. Battements fondus – в сторону, вперед и назад носком в пол.
11. Battements frappés – в сторону, вперед и назад носком в пол.
12. Battements retires sur le cou-de-pied
13. 1-е port de bras.
14. Battements relevés lents на 45° и на 90° из I и V позиций в сторону, вперед и назад.
15. Grands battements jetés из I и V позиции в сторону, вперед и назад.
16. Перегибы корпуса назад, в сторону (лицом к станку)

17. Relevés на полупальцы в I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi – plies.

18. Pas de bourrée с переменной ног (лицом к станку).

### ***Середина зала***

1. Позиции ног – I, II, III, V

2. Позиции рук – подготовительное положение , 1,2,3.

3. Demi-pliés в I, II и V позициях en face.

4. Grand plies в I и II позициях en face.

5. Battements tendus:

— из I и V позиций во всех направлениях;

— с demi-pliés во всех направлениях.

6. Plié-soutenus во всех направлениях.

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

8. Relevés в I и II позициях на полу пальцы:

— с вытянутых ног;

— с demi-plies.

9. 1-e port de bras.

### ***Allegro***

Первоначально все прыжки изучаются лицом к станку.

1. Temps sauté по I, II, и V позициям.

2. Pas échappé во II позицию.

3. Changement de pieds.

4. Трамплинные прыжки.

5. Pas balance.

### **Партерная гимнастика (практика – 44 часа)**

— упражнения на развитие физических данных (в партере, сидя, стоя)

— упражнения для мобильности суставов (раскрытие: ТБС, коленного и голеностопного суставов)

— укрепление КОРа (мышц спины, рук, передней части туловища);

— комплекс упражнений (сила, гибкость и выносливость)

### **Подготовка концертных номеров (практика – 43 часа)**

— разучивание комбинаций в технике ДТ;

— прослушивание музыкального материала;

постановка (работа над рисунком танца, выразительными средствами, идейной линией).

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – переводной экзамен (зачет).

### **Требования к переводному экзамену (зачету)**

Переводной экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает пройденный за учебный год материал, составляя его в элементарные комбинации. Учащиеся должны грамотно и музыкально выполнить этот урок.

## Второй год обучения

### Основная учебная часть (теория - 2 часа, практика- 46 часа)

Дальнейшее развитие координации движений у станка и на середине зала. Изучение поз: croisee, effacee вперёд, назад; I, II, III arabesque носком в пол. Освоение поворотов головы и более сложных движений. Продолжение развития выразительности на середине зала: введение в упражнения port de bras. Первоначальное знакомство с техникой полуповоротов на двух ногах и движений на пальцах. Повторение ранее пройденных прыжков и изучение новых. Простейшее сочетание элементарных движений.

#### *Экзерсис у станка*

1. Позиция ног – IV.
2. Demi-plies в IV позиции.
3. Grand -plies в IV позиции.
4. Battements tendus:
  - с demi-plie в IV позиции без перехода и с переходом с опорной ноги
  - double (двойное опускание пятки) во II позицию.
5. Battements tendus jetes riques во всех направлениях.
6. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-plie.
7. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
8. Battements fondus на 45° во всех направлениях.
9. Battements soutenus во всех направлениях носком в пол;
10. Battements frappes на 30° во всех направлениях.
11. Battements doubles frappes во всех направлениях носком в пол.
12. Rond de jambe en l' air en dehors и en dedans.
13. Petits battements sur le cou-de-pied
14. Battements developpes:
  - вперёд, в сторону, назад;
  - passé со всех направлений.
15. Grands battements jetes pointes во всех направлениях
16. 3 –e port de bras.
17. Releves на полупальцы в IV позиции.

#### *Середина зала*

1. Положение epaulement croisee et effacee.
2. Позы: croisee, effacee вперёд и назад, I, II и III arabesques носком в пол.
3. Demi-plies в IV и V позициях en face и epaulement.
4. Grand-plies в I , II позициях en face, в V позиции en face и epaulement croisee.
5. 2-е port de bras.
6. Battements tendus:
  - в позах croisee, effacee;
  - с опусканием пятки во II позицию и с demi plie во II позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;
  - passe par terre;
  - с demi plie в V позиции во всех направлениях и в позах.
7. Battements tendus jetes:
  - из I и V позиций во всех направлениях;
  - riques во всех направлениях.
8. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans .
9. Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.
10. Battements fondus во всех направлениях носком в пол и на 45 °

11. Battements soutenus во всех направлениях носком в пол
12. Battements frappes во всех направлениях носком в пол и на 30°
13. Battements relevés lents на 90 ° во всех направлениях
14. Grands battements jetés на 90 ° во всех направлениях
15. Pas de bourrée с переменной ног en face и окончанием в epaulement
16. Relevés на полупальцы в IV позиции с вытянутых ног и с demi-plié
17. Temps lié par terre вперед и назад.

### ***Allegro***

1. Pas assemble с открыванием ноги в сторону.
2. Sissonne simple en face и позах.
3. Sissonne ferme в сторону.
4. Petit pas chasse во всех направлениях en face и в позах.
5. Pas balance в позах.

#### ***Экзерсис на пальцах***

*Лицом к станку:*

1. Relevés по I, II и V позициям.
2. Pas echarpe из V позиции во II позицию.
3. Pas assemble soutenu en face с открыванием ноги в сторону.
4. Pas de bourrée suivi по V позиции на месте и с продвижением в сторону.
5. Pas de bourrée с переменной ног en dehors и en dedans.

*На середине зала:*

1. Pas couru вперед и назад
2. Pas de bourrée suivi на месте, с продвижением в сторону и en tournant.

#### **Партерная гимнастика (практика – 44 часа)**

- упражнения на развитие физических данных (в партере, сидя, стоя)
- упражнения для мобильности суставов (раскрытие: ТБС, коленного и голеностопного суставов)
- укрепление КОРа (мышц спины, рук, передней части туловища);
- комплекс упражнений (сила, гибкость и выносливость)

#### **Подготовка концертных номеров (практика – 44 часа)**

- разучивание комбинаций в технике КТ;
- прослушивание музыкального материала;
- постановка (работа над рисунком танца, выразительными средствами, идейной линией).

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – переводной экзамен (зачет).

#### **Требования к переводному экзамену (зачету)**

Переводной экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает пройденный за учебный год материал, составляя его в элементарные комбинации. Учащиеся должны грамотно и музыкально выполнить этот урок.

## Третий год обучения

### Основная учебная часть (теория - 4 часа, практика- 44 часа)

Повторение ранее пройденного материала. Развитие силы и выносливости ног за счет ускорения темпа исполнения, увеличения количества каждого тренируемого движения. Продолжение развития координации: усложнение техники исполнения ранее пройденных движений, изучение новых более сложных движений, расширение их комбинирования в упражнениях, исполнение отдельных движений на полупальцах (у станка). Развитие выразительности: ввод в тренировочные упражнения 3-его port de bras у станка и на середине зала, использование ераulement и поз на середине зала.

Изучение прыжков с окончанием на одну ногу.

#### Экзерсис у станка

1. Большие и маленькие позы: croisee, effacee, ecartee вперед и назад, II arabesque носком в пол (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения).
2. Battements tendus в маленьких и больших позах.
3. Battements tendus jetes:
  - в маленьких и больших позах;
  - balancoire en face.
4. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° на всей стопе en dehors и en dedans.
5. Battements fondus:
  - на полупальцах ;
  - с plie-releve.
6. Battements soutenus с подъёмом на полупальцы на 45° во всех направлениях.
7. Battements doubles frappes на 30° во всех направлениях.
8. Flic вперед и назад на всей стопе.
9. Petit temps relevés en dehors и en dedans на всей стопе.
10. Petits battements sur le cou-de-pied на полупальцах.
11. Pas tombe на месте, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
12. Pas coupe на всей стопе и на полупальцы.
13. Battements relevés lents и battements développés на 90°:
  - в позах на croisee, effacee;
  - battements développés passé.
14. Grands battements jetes:
  - в больших позах;
  - pointee en face.
15. Relevés на полупальцы с работающей ногой в положение sur le cou-de-pied.
16. 1-е и 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед, назад и в сторону.
17. Поворот fouette en dehors и en dedans на ¼ и ½ круга с носком на полу, на вытянутой ноге и на demi-plie.
18. Полуповороты в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах начиная с вытянутых ног и с demi-plie
19. Soutenu en tournant en dehors и en dedans по 1/2 поворота, начиная из положения носком в пол.

#### Середина зала

1. Большие и маленькие позы: croisee, effacee, ecartee; I, II и III arabesques (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения).
2. Grands plies в IV позиции в позах croisee и effacee.
3. Battements tendus в больших и маленьких позах:
  - с demi-plie в IV позиции без перехода с опорной ноги и с переходом;

- double (с двойным опусканием пятки во II позицию).
4. Battements tendus jetes:
    - в маленьких и больших позах
    - balancoire en face
  5. Round de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-plie.
  6. Demi-rond de jambe на 45° en dehors и en dedans.
  7. Battements fondus в маленьких позах на 45° и с plie-releve en face.
  8. Battements doubles frappes носком в пол en face.
  9. Petit battements sur le cou-de-pied.
  10. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.
  11. Battements releves lents в позах croisee и effacee, I и III arabesques.
  12. Battements developpes en face во всех направлениях.
  13. Grands battements jetes;
    - в больших позах;
    - pointes en face.
  14. Temps lie par terre с перегибом корпуса.
  15. Pas de bourree без перемены ног с продвижением из стороны в сторону носком в пол и на 45°.
  16. Soutenu en tournant en dehors и en dedans на 1/2 поворота, начиная из положения носком в пол и на 45°

### ***Allegro***

1. Temps saute по IV позиции.
2. Grand changement de pieds.
3. Petit changement de pieds.
4. Pas echarpe на IV позицию.
5. Pas assemble с открыванием ноги вперёд и назад en face и в маленьких позах.
6. Pas jete с открыванием ноги в сторону.
7. Sissonne fermee en face во всех направлениях.
8. Pas de chat.
9. Pas glissade в сторону.
10. Pas emboite вперёд и назад sur le cou-de-pied.
11. Temps leve в I arabesque (сценический sissonne)

### ***Экзерсис на пальцах***

1. Releve по IV позиции en face и в маленьких позах croisee и effacee.
2. Pas assemble soutenu с открыванием ноги в сторону, вперед и назад en face.
3. Pas echarpe по II позиции с окончанием на одну ногу, другая нога в положении sur le cou-de-pied
4. Pas echarpe в IV позицию в позы croisee и effacee.
5. Pas de bourree с переменной ног en face и с окончанием в eroulement.
6. Pas glissade с продвижением вперёд, в сторону и назад.
7. Pas de bourree suivi во всех направлениях, в маленьких и больших позах.
8. Sissonne simple en face.

### **Партерная гимнастика (практика – 44 часа)**

- упражнения на развитие физических данных (в партере, сидя, стоя)
- упражнения для мобильности суставов (раскрытие: ТБС, коленного и голеностопного суставов)
- укрепление КОРа (мышц спины, рук, передней части туловища);
- комплекс упражнений (сила, гибкость и выносливость)

### **Подготовка концертных номеров (практика – 44 часа)**

- разучивание комбинаций в технике КТ;
- прослушивание музыкального материала;
- постановка (работа над рисунком танца, выразительными средствами, идейной линией).

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – переводной экзамен (зачет).

### **Требования к переводному экзамену (зачету)**

Переводной экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает пройденный за учебный год материал, составляя его в элементарные комбинации. Учащиеся должны грамотно и музыкально выполнить этот урок.

## **Четвертый год обучения**

### **Основная учебная часть (теория - 4 часа, практика- 44 часа)**

Активно вводятся полу пальцы в упражнениях у станка. Изучение полуповоротов на одной ноге у станка. Начало изучения *rigouette* на середине зала. Усложнение сочетаний движений, необходимое для дальнейшего развития координации. Работа над выразительностью и музыкальностью исполнения движений.

### ***Экзерсис у станка***

1. *Demi-rond de jambe* и *rond de jambe* на 45° на всей стопе и на полупальцах.
2. *Battements soutenus* на 45° с подъемом на полупальцы в маленьких позах.
3. *Battements doubles fondus* на 45°.
4. *Flic* вперед и назад с подъемом на полупальцы.
5. *Battements frappes* на полупальцах во всех направлениях *en face* и в позах.
6. *Battements double frappes* на полупальцах во всех направлениях *en face*, в позах и с окончанием в *demi plie*.
7. *Rond de jambe en l'air* на полупальцах
8. *Petit temps releve en dehors* и *en dedans* с окончанием на полупальцы.
9. *Battements developpes*:
  - в позе *ecartee* вперед и назад;
  - *attitude croisee et effacee*.
  - II *arabesques* на всей стопе и с подъемом на полупальцы.
10. *Demi-rond de jambe* на 90° *en dehors* и *en dedans* на всей стопе.
11. *Grands battements jetes pointes* в позах.
12. 3-е *port de bras* исполняется с *demi-plie* на опорной ноге.
13. Полуповороты на одной ноге *en dehors* и *en dedans*:
  - с подменной ноги на всей стопе и на полупальцах;
  - с работающей ногой в положении *sur le cou-de-pied*.
14. Полный поворот (*detourne*) к станку и от станка в V позиции с переменной ног на полу пальцах.

### ***Середина зала***

1. *Rond de jambe* на 45° на всей стопе *en dehors* и *en dedans*.
2. *Battements fondus* с *plie-releve* в маленьких позах.

3. Battements soutenus и в маленьких позах носком в пол и на 45° на всей стопе.
4. Battements frappes в позах на 30°.
5. Battements doubles frappes в маленьких позах на 30° и с окончанием в demi-plie.
6. Flic вперед и назад на всей стопе.
7. Pas tombe на месте, другая нога в положении sur le cou-de-pied
8. Pas coupe на всю стопу, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
9. Grands battements jetes pointes и в позах.
10. Поза IV arabesque носком в пол
11. 4-е и 5-е port de bras
12. Поворот fouette en dehors и en dedans на ¼ круга с носком на пол, на вытянутой ноге и на demi-plie.
13. Preparation к pirouette и pirouette en dehors и en dedans со II позиции.

### ***Allegro***

1. Double pas assemble.
2. Pas echarpe в IV позицию на croisee с окончанием на одну ногу, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
3. Pas jete en face и в позах.
4. Pas coupe.
5. Sissonne fermee во всех направлениях в позах.
6. Pas de basque вперед и назад.
7. Sissonne ouvert на 45° en face во всех направлениях
8. Pas emboite вперед на 45° на месте
9. Pas balance во всех направлениях и en tournant на ¼ круга.

### ***Экзерсис на пальцах***

1. Pas echarpe по IV позиции с окончанием на одну ногу.
2. Pas assemble soutenu в позах.
3. Pas de bourree без перемены ног из стороны в сторону носком в пол.
4. Pas glissade вперед, в сторону, назад; в маленьких и больших позах.
5. Temps lie par terre.
6. Sissonne simple en face и в позах.
7. Pas jete (rique):
  - на месте с открыванием ноги в сторону;
  - с продвижением вперед, в сторону, назад, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
8. Pas coupe-ballonne с открыванием ноги в сторону.
9. Sus – sous в маленьких и больших позах.

### **Партерная гимнастика (практика – 44 часа)**

- упражнения на развитие физических данных (в партере, сидя, стоя)
- упражнения для мобильности суставов (раскрытие: ТБС, коленного и голеностопного суставов)
- укрепление КОРа (мышц спины, рук, передней части туловища);
- комплекс упражнений (сила, гибкость и выносливость)

### **Подготовка концертных номеров (практика – 44 часа)**

- разучивание комбинаций в технике КТ.
- Танцевальные этюды, номера.

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – переводной экзамен (зачет).

### **Требования к переводному экзамену (зачету)**

Переводной экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает пройденный за учебный год материал, составляя его в элементарные комбинации. Учащиеся должны грамотно и музыкально выполнить этот урок.

## **Пятый год обучения**

### **Основная учебная часть (теория - 4 часа, практика- 44 часа)**

Развитие устойчивости. Введение полу пальцев в некоторые движения на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений (некоторые движения исполняются восьмыми долями). Начало освоения движений en tournant. Продолжение изучения pirouette. Начало изучения заносок. Дальнейшее развитие координации движений во всех разделах урока.

### **Экзерсис у станка**

1. Grands plies с port de bras (без работы корпуса).
2. Battements tendus pour batterie.
3. Rond de jambe на  $45^{\circ}$  en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plie.
4. Battements fondus с plie-releve и demi-rond на  $45^{\circ}$  и на  $90^{\circ}$  en face.
5. Battements soutenus на  $90^{\circ}$  en face и в позах.
6. Battements frappes с releve на полупальцы.
7. Battements doubles frappes с releve на полупальцы.
8. Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на полупальцы и en tournant по  $\frac{1}{2}$  поворота en dehors и en dedans.
9. Pas tombe с продвижением и с окончанием носком в пол, sur le cou-de-pied и на  $45^{\circ}$ .
10. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием на demi-plie.
11. Battements releves lents и battements developpes:
  - с plie-releve en face и в позах ;
  - с подъемом на полупальцы и полупальцах;
  - на demi-plie.
12. Grand rond de jambe на  $90^{\circ}$  en dehors и en dedans en face.
13. Grands battements jetes:
  - на полупальцах
  - grands battements jetes passe par terre с окончанием на носок вперед или назад.
14. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная во всех направлениях на  $45^{\circ}$ .
15. Полуповороты на одной ноге на полу пальцах en dehors и en dedans работающая нога в положении sur le cou-de-pied) с приёма pas tombe.
16. Preparation к pirouette en dehors и en dedans с V позиции.
17. Pirouettes en dehors и en dedans из V позиции.
18. 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на plie (с растяжкой) без перехода и с переходом с опорной ноги.

### **Середина зала**

1. Grands plies с port de bras (без работы корпуса)
2. Battements tendus en tournant en dehors и en dedans на  $\frac{1}{8}$ ,  $\frac{1}{4}$  круга/
3. Battements fondus с plie releve и demi-rond на  $45^{\circ}$  en face на всей стопе.
4. Battements soutenus на  $45^{\circ}$  en face и маленьких позах на полупальцах.
5. Battements doubles fondus в пол и на  $45^{\circ}$  во всех направлениях и позах.

6. Battements doubles frappes:
  - с releve на полупальцы;
  - с окончанием в demi-plie en face и в позы.
7. Pas tombe с продвижением и окончанием sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45°
8. Поза IV arabesque на 90°.
9. Temps lie на 90° с переходом на всю стопу.
10. Grands battements jetes:
  - в позе IV arabesque
  - passé par terre с окончанием на носок вперед или назад en face и в позах.
11. Grand rond de jambe developpe en dehors и en dedans en face и из позы в позу.
12. 3-е port de bras с demi-plie на опорной ноге.
13. 6-е port de bras.
14. Petits pas jetes en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.
15. Pas de bourree dessus-dessous en face.
16. Pas de bourree ballotée на effacée et croisée носком в пол и на 45°
17. Pas glissade en tournant с продвижением в сторону по полному повороту.
18. Pas glissade en tournant en dedans по диагонали (2-4).
19. Поворот fouette en dehors и en dedans на ½ круга en face, из позы в позу с носком на полу на вытянутой ноге и на demi-plie.
20. Preparation к pirouette sur le cou-de-pied с IV и V позиций.
21. Pirouettes en dehors и en dedans с V позиции с окончанием в V позицию.
22. Pirouettes en dedans с coupe - шага по диагонали (pirouettes-piques) – 4-8.

### *Allegro*

1. Temps saute по V позиции с продвижением вперед, в сторону и назад.
2. Changement de pieds с продвижением вперед, в сторону и назад.
3. Pas echappe battu.
4. Sissonne ouverte par developpe на 45° в позах.
5. Pas echappe по II и IV позициям en tournant по 1/4 и 1/2 поворота.
6. Pas assemble с продвижением en face и позах, с приемов pas glissade и coupe-шаг.
7. Pas jete с продвижением во всех направлениях с ногой в положении sur le cou-de-pied и на 45°.
8. Temps leve с ногой в положении sur le cou-de-pied и поднятой на 45° во всех направлениях и в позах.
9. Pas emboite вперед на 45° с продвижением и поворотом вокруг себя.
10. Sissonne tombe en face и в позах.

### *Экзерсис на пальцах*

1. Pas echappe en tournant по II и IV позициям по ¼ и ½ поворота.
2. Pas assemble soutenu en tournant en dehors и en dedans по ½ поворота и полному повороту.
3. Pas de bourre dessus-dessous en face.
4. Sissonne simple en tournant по 1/4 поворота.
5. Sissonne ouverte pas developpe на 45° во всех направлениях и позах.
6. Releve на одной ноге, другая в положении sur le cou-de-pied и на 45° (2-4).
7. Pas de bourre ballotée на croisée и effacée носком в пол и на 45°.
8. Pas jete (pique) в позы на 45° с окончанием в demi-plie.
9. Pas jete fondu по диагонали вперед и назад.
10. Pas glissade en tournant с продвижением в сторону en dehors и en dedans по ½ поворота и полному повороту.
11. Pas польки во всех направлениях.

### **Партерная гимнастика (практика – 44 часа)**

#### **Партерная гимнастика (практика – 44 часа)**

- упражнения на развитие физических данных (в партере, сидя, стоя)
- упражнения для мобильности суставов (раскрытие: ТБС, коленного и голеностопного суставов)
- укрепление КОРа (мышц спины, рук, передней части туловища);
- комплекс упражнений (сила, гибкость и выносливость)

#### **Подготовка концертных номеров (практика – 44 часа)**

- разучивание комбинаций в технике КТ.
- Танцевальные этюды, номера.

### **Подготовка концертных номеров (практика – 44 часа)**

- разучивание комбинаций в технике КТ.
- Танцевальные этюды, номера.

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – переводной экзамен (зачет).

#### **Требования к переводному экзамену (зачету)**

Переводной экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает пройденный за учебный год материал, составляя его в элементарные комбинации. Учащиеся должны грамотно и музыкально выполнить этот урок.

## 5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧАЩИМИСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

### Личностные результаты:

- у обучающихся должна быть сформирована потребность ведения здорового образа жизни;
- соблюдать требование к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- у обучающихся должна быть сформирована инициативность, целеустремленность, трудолюбие, ответственность за общее дело.

### Метапредметные результаты:

- у обучающихся должно быть развито пространственное мышление, умение ориентироваться в пространстве, хореографическая память, пластичность, координация движений, творческое воображение и внимание;
- обучающиеся должны знать строение тела (анатомию), постановку корпуса, поклон, основные танцевальные позиции рук и ног, применяемых к разным стилям и направлениям «Современной хореографии»;
- обучающиеся должны уметь различать музыкальные жанры эпох и направлений;
- у обучающихся должны быть сформированы коммуникативные умения в условиях ситуации психологического комфорта;
- у обучающихся должны быть сформированы тактильные ощущения, индивидуальные способности к творческому взаимодействию в танцевальном коллективе;
- у обучающихся должны быть развиты творческие способности, способности к самовыражению, артистизм учащихся средствами современной хореографии.

### Предметные:

- иметь общее представление о различных направлениях и стилях «Современной хореографии»;
- знать терминологию;
- уметь исполнять качественно танцевальные комбинации и сценические номера в заданном стиле;
- владеть основными базовыми знаниями «Истории современной хореографии»;
- уметь различать направления и техники танца «Современной хореографии»;
- грамотно и чисто исполнять танцевальные композиции в том или ином стиле или жанре современной хореографии.

Полученные в процессе обучения навыки реализуются обучающимися непосредственно в творческой работе, в постановках, в мероприятиях.

### Форма подведения итогов:

Два раза в год, в декабре и в мае, проходят открытые уроки для родителей, а также обучающиеся представляют танцевальные номера на сцене Президентского Лицея или в ПНИИ. По каждому мероприятию делается фото и видеотчет.

### Система контроля:

Экспертные листы.



## СПИСОК 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. Звездочкин В.А. «Классический танец». СПб: «Планета музыки», 2011
10. Калугина О.Г. «Методика преподавания хореографических дисциплин» / Учебно-методическое пособие. Киров: КИПК и ПРО, 2011
11. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца». Л.: Искусство, 1981
12. Костровицкая В.С., А. Писарев «Школа классического танца». Л.: Искусство, 1986
13. Красовская В.М. История русского балета. Л., 1978
14. Красовская В.М. Агриппина Яковлевна Ваганова. Л.: "Искусство", 1989
15. Красовская В. М. Павлова. Нижинский. Ваганова. Три балетные повести. М.: "Аграф", 1999
16. Мессерер А. «Уроки классического танца». М.: «Искусство», 1967
17. Покровская Е.Г. «Принципы сочинения учебной комбинации у палки по классическому танцу» / Методическое пособие для преподавателей. Харьков, 2010
18. Тарасов Н. «Классический танец». М.: Искусство, 1981
19. Тарасов Н.И. «Классический танец. Школа мужского исполнительства». М.: Искусство, 1987
20. Тарасов Н.И. «Методика классического тренажа». СПб: «Лань», 2009
21. Ярмолович Л. «Классический танец». Л.: «Музыка», 1986

## 8.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации программы необходимо:

Один преподаватель, с нагрузкой

- «Классический танец» - 1,5 часа в неделю
- «Партерная гимнастика» - 1,5 часа в неделю
- «Подготовка концертных номеров» – 1 час в неделю

Для реализации программы требуется следующее оборудование, инструменты и расходные материалы:

№	Материально-технические средства	Количество
	Танцевальный зал с зеркалами	1
	Йога маты	15
	Блоки для йоги	30
	Музыкальную колонку	1
	Клавенола	1

**Педагогические работники, осуществляющие реализацию программы, соответствуют общим требованиям, предъявляемым к данной категории работников.**