

Приложение 5.1.24. к ППССЗ  
по специальности  
52.02.01 Искусство балета

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
**УПО.10.02. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

САРАТОВ  
2017

Рабочая программа учебного предмета разработана на основе:

-Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 52.02.01 Искусство балета (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.01.2015 г. № 35);

- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 05.03.2021 г. № 87 «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальности 52.02.01 Искусство балета».

Организация-разработчик: ГПОУ «Саратовский областной колледж искусств».

Разработчики:

Телиус Людмила Анатольевна- председатель цикловой комиссии «Искусство балета» ГПОУ «Саратовский областной колледж искусств».

Санин Александр Федорович – преподаватель цикловой комиссии «Искусство балета» ГПОУ «Саратовский областной колледж искусств».

Рекомендовано цикловой комиссией «Общеобразовательные дисциплины основного общего образования» ГПОУ «Саратовский областной колледж искусств».

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Паспорт рабочей программы учебного предмета	4
1.1. Область применения рабочей программы	4
1.2. Место учебного предмета в структуре интегрированной образовательной программы в области искусства	4
1.3. Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета	4
1.4. Количество часов на освоение учебного предмета	6
2. Структура и содержание учебного предмета	6
2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы	6
2.2. Тематический план и содержание учебного предмета	7
3. Условия реализации учебного предмета	28
3.1. Требования к материально-техническому обеспечению	28
3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы	28
4. Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета	29

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

## **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебного предмета УПО.10.02. Классический танец является частью интегрированной образовательной программы в области искусства (далее – ИОП в ОИ) и составлена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 52.02.01 Искусство балета.

## **1.2. Место учебного предмета в структуре интегрированной образовательной программы в области искусства**

Учебный предмет УПО.10.02. Классический танец относится к Предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» Общеобразовательного учебного цикла, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования в рамках интегрированной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 52.02.01 Искусство балета.

## **1.3. Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета**

Изучение предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» **должно обеспечить:**

физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;

формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды, как естественной основы безопасности жизни;

понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;

развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности в рамках ИОП в ОИ по специальности Искусство балета;

установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

Результаты изучения учебного предмета УПО.10.02. Классический танец **должны отражать:**

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании

человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен обладать **общими компетенциями**, включающими в себя способность:

ОК 10. Использовать в профессиональной деятельности личностные, метапредметные, предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования;

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен обладать **профессиональными компетенциями**, соответствующими видам деятельности:

Творческо-исполнительская деятельность.

ПК 1.6. Сохранять и поддерживать внешнюю, физическую и профессиональную форму.

**1.4. Количество часов на освоение учебного предмета:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 525 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 350 часов;  
самостоятельной работы обучающегося – 175 часов.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА****2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы**

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	525
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	350
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	175
Итоговая аттестация в форме контрольного урока в 5(9) классе	

## 2.2. Тематический план и содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Количество часов	Уровень освоения
1	2		3	4
1(5) класс				
Тема 1. Партерный экзерсис	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Основной задачей является: определение возможностей своего тела, развитие профессиональных данных. Изучение движений партерного экзерсиса. Овладение элементарными навыками координации Практический материал изложен в виде комплексов по специальной физической подготовке, партерной хореографии		
	<b>Практические занятия</b>		2	
	1. Упражнение на напряжение и расслабление мышц ног.			
	2. Упражнения на развитие подвижности голеностопных суставов – «Солнышко» – en dehors и en dedans.			
	3. Упражнения для развития профессионального подъёма.		2	
	4. Упражнение для развития профессиональной выворотности – «Лягушка»: а) лёжа на спине; б) лёжа на животе; в) с раскрытием ног на 2 позицию.		2	
	5. Упражнения для развития профессиональной гибкости: а) «Складочка»; б) «Ладья»; в) «Колечко».			
	6. Упражнения для развития профессионального шага: а) поперечный шпагат; б) продольный шпагат; в) махи ног из положения лёжа на спине.		2	
	7. Упражнения на укрепление мышц спины.		2	
	8. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.		2	
	9. Упражнение для развития прыжка: а) трамплинные прыжки; б) прыжки с поджатыми ногами.		2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		8	

	Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 1-21 (Вихрева Н. А. Экзерсис на полу. Для подготовки к занятиям классическим танцем. М.: Интурреклама. Полиграфсервис. – 2004)			
Тема 2. Экзерсис у станка.	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Постановка корпуса, рук, ног, головы. Упражнения выполняются, стоя лицом к станку и придерживаясь двумя руками за станок. Затем – стоя боком к станку и придерживаясь за одну руку за станок. В этих положениях легче выработать правильное положение всех звеньев тела. Сущность системы обучения хореографии состоит в регулярности упражнений, тренирующих тело. Значительную роль играет экзерсис классического танца, который вырабатывает правильную постановку корпуса, устойчивость, координацию, дающих абсолютную свободу движению. Он развивает и укрепляет весь суставно-мышечный аппарат, способствует устранению таких физических недостатков, как сутулость, перекос плеч, косолапость.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Позиции ног – I, II, III, V, IV.			
	2. Позиции рук – подготовительное положение, 1,2,3.			
	3. Demi-pliés в I, II, V. VI позиция как наиболее трудная изучается последней.			
	4. Grand-pliés в I, II, V. В VI позиции изучается со 2 полугодия.			
	5. Battements tendus: а) с I позиции в сторону, вперед, назад; б) с demi-pliés в I позиции в сторону, вперед, назад; в) с V позиции в сторону, вперед, назад; г) с demi-pliés в V позиции в сторону, вперед, назад; д) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиций; е) с demi-pliés во II позиции без перехода с опорной ноги. ж) passé par terre		2	
	6. Battements tendus jetés: а) с I и V позиции в сторону, вперед, назад; б) с demi-pliés с I и V позиции в сторону, вперед, назад; в) piqués в сторону, вперед, назад.			
	7. 1-е и 3-е port de bras.			
	8. Demi-rond и rond de jambe par terre en dehors и en dedans (вначале объясняется понятие en dehors и en dedans).			
	9. Préparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.		2	
	10. Rond de jambe par terre en dehors en dedans .			
	11. Позиции на всей стопе. С подъемом на полупальцы изучается со 2 полугодия.			



		12. Положение ноги sur le cou-de-pied спереди, сзади и обхватное. Изучается из положения ноги, вытянутой на II позиции носком в пол, затем с V позиции.		
		13. Battements fondus в сторону, вперед, назад носком в пол. Со 2 полугодия изучается на 45°.	2	
		14. Battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол и на 45°, на всей стопе.		
		15. Battements retirés sur le cou-de-pied и на 90°.		
		16. Battements frappés в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30° на всей стопе.		
		17. Petit battements sur le cou-de-pied на всей стопе.	2	
		18. Battements doubles frappés в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30° на всей стопе.		
		19. Rond de jambe en l'air en dehors en dedans на всей стопе.		
		20. Battements relevés lents на 45° и 90° с I и V позиций в сторону, вперед, назад		
		21. Battements développés: а) вперед, в сторону, назад; б) passés на 90.	2	
		22. Grand battements jetés с I и V позиций вперед, в сторону, назад.		
		23. Relevés на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с demi-pliés.		
		24. Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	7	
		Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 22-38		
Тема 3. Экзерсис середине зала.	на	<b>Содержание учебного материала:</b> 1. Формирование устойчивости. По мере того как ученики приобретают первые навыки устойчивости в упражнениях у станка, эти упражнения переносятся на середину. Дети обучаются самоконтролю, умению сохранять корпус подтянутым и свободным, что является важным условием развития устойчивости в танце.	2	2
		<b>Практические занятия:</b>	2	
		1. Позиции ног – I, II, III, IV.		
		2. Позиции рук – подготовительное положение, 1,2,3.		
		3. Demi-pliés в I, II, V позициях.		
		4. Grand-pliés в I, II, IV позициях.		
		5. 1-е, 2-е и 3-е port de bras.	2	
		6. Battements tendus. а) с I и V позиций во всех направлениях; б) с demi-pliés с I и V позиции во всех направлениях; в) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиций; г) с demi-pliés во II позиции без перехода с опорной ноги;		

	д) в позах: croisée, effacée, I и III arabesques; е) passé par terre.			
	7. Battements tendus jetés: а) с I и V позиций во всех направлениях; б) с demi-pliés с I и V позиции во всех направлениях; в) piqué во всех направлениях.			
	8. Demi-rond и rond de jambe par terre en dehors и en dedans.			
	9. Préparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.			
	10. Plié-soutenus во всех направлениях.		2	
	11. Battements fondus носком в пол и на 45° во всех направлениях.			
	12. Battements soutenus носком в пол и на 45° во всех направлениях.			
	13. Battements frappés носком в пол и на 30° во всех направлениях.			
	14. Petit battements sur le cou-de-pied.		2	
	15. Battements doubles frappés носком в пол и на 30° во всех направлениях.			
	16. Положение epaulement croisée effacée.			
	17. Позы: croisée, effacée, ecartée вперед и назад; I, II и III arabesques.			
	18. Rond de jambe en l'air en dehors en dedans.		2	
	19. Battements relevés lents во всех направлениях на 45° и 90°			
	20. Battements développés во всех направлениях.			
	21. Grand battements jetés с I и V позиций во всех направлениях.			
	22. Relevés на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с demi-pliés.		2	
	23. Pas de bourrée с переменной ног и с окончанием в epaulement.			
	24. Temps lié par terre.			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
	Просмотр видео-урока по программе пройденного материала 1 класс классический танец (преп. Носкова О.В., конц. Колокина И.А.). Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 39-50		7	
Тема 4. Allegro.	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	1.	Развитие прыжка. Первоначальное изучение механики прыжка. Прыжки наиболее трудная часть урока, требующая определённой силы, эластичности и выворотности ног в demi-plie и правильно поставленного корпуса.	2	2
	<b>Практические занятия:</b>			
	1. Temps sauté по I, II и V позициям.		2	
	2. Changement de pieds.		2	

		3. Pas échappé во II позицию.		2		
		4. Pas assemble с открыванием ноги в сторону, к концу года вперед и назад.				
		6. Sissonne fermée в сторону.		2		
		7. Sissonne simple.				
		5. Pas glissade в сторону		2		
		8. Pas jeté с открыванием ноги в сторону.				
		9. Трамплинные прыжки.		2		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7		
		Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 51-66				
Тема 5. Экзерсис пальцах (изучается во II полугодии в женском классе)	на II в	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2	
		1.	Ознакомление с пальцевой техникой. Начинают изучать после того, как учащиеся усвоят правильную постановку корпуса, рук, ног и головы, натянутости и выворотности ног, а главное – приобретут развитый подъём и силу стопы. Начинают изучать у станка, придерживаясь двумя руками за станок, но, не упираясь в него руками. Это обеспечивает безопасность исполнения движений. Упражнения на пальцах являются наиболее травмоопасными. Учащиеся должны научиться приёмам вскока и спуска с пальцев, контролировать своё исполнение.			
			<b>Практические занятия:</b>		2	
			1. Relevés по I, II и V позициям.			
			2. Pas échappé во II позицию с I и V позиций.			
			4. Pas de bourrée с переменной ног и с окончанием в epaulement		2	
			5. Pas de bourrée suivi en face на месте, с продвижением во всех направлениях и en tournant.			
			3. Pas assemble с открыванием ноги в сторону, вперед и назад		2	
			6. Pas couru вперед и назад		2	
			7. Pas glissade в сторону.		1	
			8. Контрольный урок		1	
			<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6	
			Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 67-86			
	<b>2(6) класс</b>					
	Тема 6. Партерный экзерсис	<b>Содержание учебного материала:</b>				2
1.		Основной задачей является: дальнейшее развитие возможностей своего тела, развитие профессиональных данных. Изучение более сложных движений партерного экзерсиса. Овладение навыками координации Практический материал изложен в виде комплексов по специальной физической подготовке, партерной хореографии. Общефизическая подготовка предполагает разностороннее комплексное воздействие упражнений на организм, совершенствование				

		необходимых для достижения высоких результатов; совершенствование его двигательных качеств.		
		<b>Практические занятия:</b>		
		1. Упражнения для развития профессиональной выворотности и укрепления внутренних мышц бедра: а) большая «лягушка» с раскрытием ног на 180°. Исполняется лёжа на спине; б) demi-rond en dehors и en dedans на 90° исполняется лёжа на спине; в) demi-rond en dehors и en dedans на 90° исполняется лёжа на животе; г) большое «Солнышко» из положения лёжа на спине с переворотом на живот и обратно; д) разножка ногами в сторону, лёжа на спине, на высоте 90°.	2	
		2. Упражнение для развития профессионального подъёма, линии стопы: а) сидя на подъёме; б) с захватом стопы рукой и вытягиванием вперёд и в сторону.	2	
		3. Упражнения для развития мышц брюшного пресса и внутренних мышц бедра: а) поднятие и опускание ног в выворотном положении, лёжа на спине, на высоте 15° б) маленькая разножка ног в сторону, лёжа на спине, на высоте 15°.	2	
		4. Упражнения для развития профессионального шага: а) все виды шпагатов с опоры; б) махи ногой назад, лёжа на животе и стоя на колене; в) махи ногой вперёд, лёжа на спине.	2	
		5. Упражнения для развития силы мышц спины: а) лёжа на животе с руками за головой и в III позиции рук; б) лёжа на скамейке на животе.	2	
		6. Упражнение для развития прыжка: а) трамплинные прыжки; б) большие прыжки с маленькой разножкой и большой;	2	
		7. Упражнение для развития толчка: а) подъём толчком на одной ноге на скамейку; б) высокие прыжки с поджатыми ногами.	2	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
		Чтение литературы по теме: Позы классического танца стр. 67-73 (Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л. – М.: Искусство, 1980.)	8	
Тема 7. Экзерсис у станка		<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1.	Достигая лучшей устойчивости на целой стопе, отдельные движения переводятся на полупальцы, добиваясь дальнейшего развития устойчивости, выворотности и одновременно укрепляя силу мышц ног.	2	2

	<b>Практические занятия:</b>		2		
	1. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45 en dehors и en dedans на всей стопе, на demi-pliés и на полупальцах.				
	2. Battements foundus а) double на всей стопе и на полупальцах; б) с plie-relevè en face.				
	3. Battements soutenus на полупальцах en face и в маленьких позах.				
	4. Battements frappès на полупальцах во всех направлениях en face и в позах.		2		
	5. Battements doubles frappès на полупальцах во всех направлениях en face и в позах, и с окончанием в demi-pliés.				
	6. Petit battements sur le cou-de-pied на полупальцах с акцентом спереди и сзади.				
	7. Flic вперед и назад на всей стопе и с подъемом на полупальцы.		2		
	8. Pas tombè: а) на месте, другая нога в положении sur le cou-de- pied; б) с продвижением вперед и назад, другая нога в положении sur le cou-de-pied или носком в пол.				
	9. Rond de jambe en l’air en dehors и en dedans и на полупальцах.				
	10. Petit temps relevè en dehors и en dedans на всей стопе и с окончанием на полупальцы.		2		
	11. Battements relevès lents и battements dévelloppes: а) в позах croisée, effacée, ecartée вперед и назад, attitude effacée и croisée II arabesques на всей стопе и с подъемом на полупальцы; б) battements dévelloppès passè.				
	12. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face.				
	13. Relevès на полупальцы: а) в IV позиции; б) с работающей ногой, поднятой на 45°.		2		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6		
Чтение литературы по теме: Связующие и вспомогательные движения стр. 73-84					
Тема 8. Экзерсис середине	на	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
		1. Упражнения на середине зала, сохраняют тот же методический подход, что и у станка. Продолжается работа над устойчивостью в более сложных позах, стоя на одной ноге на 90° на целой стопе и на полупальцах			
		<b>Практические занятия:</b>		2	
		1. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на всей стопе.			
		2. Battements foundus:			

	а) в маленьких позах; б) с pliè-relevè en face и в маленьких позах; в) double en face.			
	3. Battements soutenus en face и в маленьких позах носком в пол и на 45° на всей стопе и на полупальцах.		2	
	4. Battements frappès в маленьких позах носком в пол и на 30°.		2	
	5. Battements doubles frappès в маленьких позах носком в пол и на 30°.			
	6. Petit battements sur le cou-de-pied на всей стопе. (на полупальцах – факультативно).		2	
	7. Rond de jambe en l’air en dehors и en dedans.			
	8. Battements relevès lents и battements développés: а) во всех больших позах, кроме IV arabesque; б) passè en face и при переходе из позы в позу.		2	
	9. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans en face.			
	10. Grand battements jetès.		2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7	
	Просмотр видео-урока по программе пройденного материала 2 класс классический танец (преп. Юсупова М.М., конц. Крючкова И.Ю.)			
	Чтение литературы по теме: Простейшие виды battement стр. 33-49			
Тема 9. Allegro	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Прыжковые упражнения во втором классе совершенствуют высоту прыжка и тренируют мышцы на маленьких прыжках		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Grand changement de pieds.			
	2. Petit changement de pieds.		2	
	3. Changement de pieds en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.			
	4. Grand pas echappè на II IV позиции на croisée и effacée.		2	
	5. Pas echappè на II IV позиции с окончанием на одну ногу, другая нога в положении sur le cou-de-pied.			
	6. Pas assemble en face и в позах croisée и effacée.		2	
	7. Double pas assemble.			
	8. Sissonne simple en face и в маленьких позах.		2	
	9. Pas jetè en face и в позах.			
	10. Pas glissade во всех направлениях en face и в маленьких позах.		2	
	11. Petit pas chassè во всех направлениях en face и в позах.			

	12. Sissonne fermée во всех направлениях en face и в позах.			
	13. Sissonne onverte par developpe на 45° en face и в позах.			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	7		
	Чтение литературы по теме: Прыжки стр. 84-94			
Тема 10. Экзерсис на пальцах. Женский класс	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2	
	1. Работа над силой стоп, устойчивостью на пальцах. Добиваться лёгкого вскока на пальцы и сдержанного спуска в demi-plie, не нарушая подтянутости спины. Вертикальная спина			
	<b>Практические занятия:</b>			
	1 Relevè по IV позиции на croisée и effacée в маленьких и больших позах.			
	2 Pas échappè: а) в IV позиции на croisée и effacée в позах; б) по II и IV позиции с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le cou-de-pied вперед и назад.	2		
	3. Pas assemblè soutenu в позах.			
	4. Pas de bourrée: а) без перемены ног с продвижением из стороны в сторону с окончанием носком в пол и на 45°; б) ballottè на croisée и effacée носком в пол и на 45°.	2		
	5. Pas de bourrée suivi во всех направлениях в маленьких и больших позах.	2		
	6. Pas couru вперед и назад в маленьких и больших позах.			
	7. Pas glissade с продвижением в маленьких и больших позах.	2		
	8. Temps lié par terre.			
	9. Pas glissade en tournant en dehors en dedans по 1/2 поворота с продвижением в сторону.	2		
	10. Sissonne simple : en face и в позах.			
	11. Sus-sous в маленьких и больших позах.	1		
	12. Pas jete pique.			
	13. Контрольный урок	1		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		
		Чтение литературы по теме: Танец на пальцах стр. 132-139	7	
3(7) класс				
Тема 11. Партерный экзерсис	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	1. Развитие силы, но вместе с тем и дальнейшее развитие природных данных. Увеличение количества исполнения движений. Ускорение темпа исполнения движений Дальнейшее развитие координации движений.	2	2	

	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Упражнения для развития профессиональной выворотности и укрепления внутренних мышц бедра: а) из положения лёжа, сесть с раскрытием ног в стороны; б) поворот ног и ступней на расстоянии 2 широкой позиции en dehors и en dedans.			
	2. Упражнение для развития профессионального подъёма, линии стопы: а) сидя на коленях, с отрывом коленей от пола на подъёмах; б) спуск с пальцев на целую стопу.			
	3. Упражнения для развития профессиональной гибкости: а) «Складочка» с вытягиванием ног вперёд из положения ног в 1 позиции, стопы сокращены; б) перегибание корпуса назад, стоя на коленях; в) прогибание корпуса назад из положения, лёжа на животе.			
	4. Упражнения для развития и укрепления мышц спины: а) «Лодочка»; б) «Ласточка».			
	5. Упражнения для развития мышц брюшного пресса и внутренних мышц бедра: а) быстрое поднятие двух ног одновременно вперёд на высоту 30°; б) поднятие и опускание корпуса в положении, лёжа на спине. Ноги согнуты в коленях, стопы плотно прижаты к полу (рекомендуется выполнять в паре с другим учеником).			
	6. Упражнения для развития профессионального шага: а) grands battements jetes вперёд в положении лёжа на спине; б) grands battements jetes в сторону в положении лёжа на боку; в) grands battements jetes назад в положении лёжа на животе.			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
Чтение литературы по теме: Элементарные виды rond de jambe стр. 150-158 (Тарасов Н.И. Классический танец: Школа мужского исполнительства. М.: Искусство, 1980.)				
Тема 12. Экзерсис у станка	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Экзерсис у станка в 3 классе повторяет и развивает упражнения второго класса, вырабатывает правильность и чистоту исполнения. Развивает силу, выносливость, закрепляет устойчивость. Вводится приём, проверяющий положения корпуса точно на опорной ноге, сняв руку с палки в конце упражнения.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
1. Rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-pliè en face и из позы в позу. 2. Battements foundus: а) с plie-relevè и demi-rond и rond de jambe на 45° en face и из позы в позу;				



			б) на 90° en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.		
			3. Battements soutenus на 90° во всех направлениях en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.	2	
			4. Battements frappés с relevé на полупальцы.	2	
			5. Battements doubles frappés с relevé на полупальцы.		
			6. Pas tombé с продвижением, другая нога на 45°.	2	
			7. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием в demi-plié.		
			8. Battements relevés lents и battements développés en face и в позах: а) с подъемом на полупальцы и на полупальцах; б) на demi-plié; в) с demi-plié и с переходом с ноги на ногу.	2	
			9. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plié		
			10. Soutenu en tournant en dehors и en dedans начиная на 45° со всех направлений.		
			11. Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, работающая нога в положении sur le cou-de-pied и с приема pas tombé.	2	
			<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	7	
			Чтение литературы по теме: формы port de bras стр. 163-176		
Тема 13. Экзерсис середине	на		<b>Содержание учебного материала:</b>		2
			1. Сохраняя ту же последовательность чередования и тот же методический подход, что и у станка, исполняют упражнения на полупальцах. Сначала en face, затем epaulement.	2	
			<b>Практические занятия:</b>		
			1. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans; на полупальцах и на demi-plié en face.	2	
			2. Battements foundus: а) на полупальцах en face и в позах; б) с plié-releve и demi-rond de jambe на 45° en face на всей стопе и на полупальцах.		
			3. Battements soutenus: а) на 45° в маленьких позах на полупальцах; б) на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.	2	
			4. Battements frappés на полупальцах и с releve на полупальцы.		
			5. Battements double frappés: а) на полупальцах; б) с releve на полупальцах окончанием в demi-plié en face и в позы.		
			6. Petit battement sur le cou-de-pied на полупальцах	2	
			7. Pas tombé с продвижением, и с окончанием sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45°		

	8. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на полупальцах, и с окончанием в demi-pliè.		2	
	9. Petit temps relevè en dehors и en dedans с окончанием на полупальцы.			
	10. Battements relevès lents и battements dévelloppes: а) в IV arabesque на всей стопе; б) en face и в позах (кроме IV arabesque и ecartèe) с подъемом на полупальцы, и на demi-pliè; в) с demi-pliè и с переходом с ноги на ногу en face и в позах.		2	
	11. Grand rond de jambe dévelloppe en dehors и en dedans en face и из позы в позу на всей стопе.			
	12. Temps liè на 90° с переходом на всю стопу.		2	
	13. Grand battements jetès par terre с окончанием на носок вперед или назад en face и в позы			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7	
Просмотр видео-урока по программе пройденного материала 3 класс классический танец (мальчики; преп. Сердишнов Е.М., конц. Дубовицкая И.А.); 3 класс классический танец (девочки; преп. Новикова Л.А., конц. Кошелева Т.А.)				
Чтение литературы по теме: малые позы классического танца стр. 180-185				
Тема 14. Allegro	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Введение прыжков трамплинного характера, на коротком, но очень сильном pliè. Они развивают силу всей ноги. Чередование эластичных мягких прыжков с трамплинными развивает ноги для высоких, лёгких прыжков.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Temps sauté с продвижением вперед, в сторону и назад.			
	2. Changements de pieds с продвижением вперед, в сторону и назад			
	3. Pas echappè на II и IV позиции en tournant по 1/4 и 1/2 поворота.			
	4. Pas assemblè с продвижением и в позах.			
	5. Sissonne simple en tournant en dehors и en dedans по 1/4.		2	
	6. Pas jetè с прдвижением во всех направлениях, с ногй в положении sur le cou-de-peid и на 45°.			
	7. Pas de chat (с броском ног назад).		2	
	8. Temps leve с ногой в положении sur le cou-de-peid.			
	9. Sissonne ouverte на 45° в маленьких позах.		2	
	10. Sissonne tombè во всех направлениях и в позах.			
	11. Temps liè sauté.		2	
	12. Pas ballonné во всех направлениях en face и в позах, на месте и с продвижением.			
	13. Entrechat-quatre.		2	
	14. Royale.			

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7	
	Чтение литературы по теме: большие позы классического танца стр. 186-192			
Тема 15. Экзерсис на пальцах. Женский класс	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Изучение новых упражнений в чистом виде, добиваясь устойчивости. Затем начинают развивать залог будущей танцевальности – элементы художественной окраски движений. Не следует чрезмерно увлекаться и усложнять сочетания движений.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Pas échappé en tournant на II и IV позиции по 1/4 и 1/2 поворота.			
	2. Pas assemblé soutenu en tournant en dehors и en dedans по 1/2 поворота и полному повороту.			
	3. Pas de bourrée dessus-dessous en face.			
	4. Pas de bourrée ballotté en tournant по 1/4 поворота		2	
	5. Pas glissade en tournant:			
	а) с продвижением в сторону en dehors и en dedans по 1/2 и полному повороту; б) по диагонали (2-4).			
	6. Sissonne simple en tournant по 1/4 поворота		2	
	7. Sissonne ouverte par developpe на 45° во всех направлениях и позах.			
	8. Pas tombe из позы в позу на 45°.		2	
	9. Relevés на одной ноге, другая нога в положении sur le cou-de-peid на 45° (2-4)			
	10. Pas ballonné во всех направлениях и в маленьких позах (2-4)		2	
	11. Pirouette sur le cou-de-peid en dehors и en dedans с VI и IV позиций.			
	12. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из положения носком в пол.		1	
	13. Temps sauté по V позиции на месте и с продвижением.			
	14. Changement de pied en face и en tournant.		1	
	15. Контрольный урок			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7	
Чтение литературы по теме: прыжки с двух ног на две ноги и с двух на одну стр. 211-220				
<b>4(8) класс</b>				
Тема 16. Партерный экзерсис	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Увеличение физической нагрузки с целью дальнейшего развития силы ног и выносливости, путём ускорения темпа исполнения и увеличения количества движений		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
1. Упражнения для развития профессиональной выворотности и укрепления внутренних мышц бедра: а) developpe-passe лёжа на спине из направлений вперёд и в сторону;				

	б) developpe-passe лёжа на животе из направлений назад и в сторону; в) demi rond en dehors и en dedans лёжа на спине из направлений вперёд и в сторону; г) demi rond en dehors и en dedans лёжа на животе из направлений назад и в сторону.			
	2. Упражнения для развития профессиональной гибкости: а) перегибы назад, стоя на коленях; б) «Мостик» из положения лёжа; в) перегибы корпуса в положении лёжа на спине направо и налево с добавлением движения вытянутых ног; г) перегибы корпуса в положении лёжа на животе направо и налево с добавлением движения вытянутых ног.		2	
	3. Упражнения для развития и укрепления мышц спины: а) поднимание спины высоко от пола с руками за головой, лёжа на животе. Выполняется в паре с другим учеником; б) поднимание спины в положение сидя, лёжа на скамейке на спине, верхняя часть корпуса находится на весу.		2	
	4. Упражнения для развития профессионального шага: а) поперечный шпагат с высокой опоры; б) продольный шпагат с высокой опоры; в) demi rond en dehors и en dedans за руку, стоя на одной ноге.		2	
	5. Упражнения для развития прыжка и исполнения заносок: а) чередование прыжков с поджатыми и вытянутыми ногами, трамплинного характера. б) маленькая разножка с резким раскрыванием и закрыванием ног.		2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6	
	Чтение литературы по теме: танцевальные шаги и связующие движения классического танца стр. 192-206			
Тема 17. Экзерсис у станка	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Развитие и укрепление устойчивости в упражнениях с поворотами на одной ноге. Особое внимание уделяется натянутости и выворотности опорной ноги и правильно поставленному корпусу		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Battements doubles frappés с поворотом на 1/4 и 1/2 круга.			
	2. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans en face из позы в позу с окончанием на 45°.			
	3. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с relevé и pliè- relevé на полупальцы.		2	
	4. Battements relevé lents и battements développés: а) с pliè-relevé en face и в позах; б) с pliè-relevé demi-rond de jambe en face и из позы в позу.			

	5. Battements développés ballottés.	2			
	6. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe développé из позы в позу.				
	7. Grand rond de jambe jeté en dehors и en dedans	2			
	8. Battements développés tombés с окончанием носком в пол и на 90°.				
	9. Grand battements jetés: а) на полупальцах; б) grand battements jetés développés ("мягкие" battements) на всей стопе и на полупальцах.	2			
	10. Полуповорот en dehors и en dedans из позы позу через passé на 45° и 90° на полупальцах и с pliè- relevè.				
	11. Поворот fouettè en dehors и en dedans на 1/4 и 1/2 круга с ногой, поднятой вперёд или назад: а) на 45° на полупальцах и с pliè- relevè; б) на 90° на всей стопе.	2			
	12. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на demi-pliè.				
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			7	
	Чтение литературы по теме: основные виды developpe стр. 192-206				
Тема 18 Экзерсис середине	на	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
		1. Наряду с развитием выносливости, силы и устойчивости воспитывают более свободное владение корпусом движениями головы и особенно рук. Которые должны быть активными в исполнении различных поворотов и туров			
		<b>Практические занятия:</b>		2	
		1. Battements tendus en tournant en dehors и en dedans по 1/2 круга			
		2. Battements tendus jetés en tournant en dehors и en dedans по 1/8, 1/4, 1/2 круга.			
		3. Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по 1/8, 1/4, 1/2 круга.			
		4. Rond de jambe на 45° с pliè- relevè			
		5. Battements fondus на 90° в больших позах.		2	
		6. Petits pas jetés en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.			
		7. Temps lié на 90° с переходом на полупальцы.			
		8. Tour lent en dehors и en dedans: а) во всех больших позах; б) из позы в позу через passé на 90°; в) на demi-pliè.		2	
		9. Soutenu en tournant, начиная со всех направлений на 90° и больших поз.			
		10. Поворот fouettè en dehors и en dedans: а) на 1/4 и 1/2 круга; б) с ногой, поднятой вперёд или назад;			

	в на 45° на полупальцах и с pliè- relevè.			
	11. Preparatoин к tours в больших позах en dehors и en dedans с IV и II позиций.		2	
	12. Tours chaine (4-8).			
	13. Pirouettes en dehors сV позиции по одному подряд (4-8).		2	
	14. Flic-flac на всей стопе en face с окончанием на полупальцы en face и в позы на 45°.			
	15. Tour tire-bouchon en dehors и en dedans (2 tours -факультативно).		2	
	16. Pas glissade en tournant по диагонали (8).			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7	
	Просмотр видео-урока по программе пройденного материала 4 класс классический танец (преп. Касаткина М.П., Стецюр-Мова И.Г.)			
	Чтение литературы по теме: История развития заносок в классическом танце стр. 1-13 (П.А. Пестов. Аллегро в классическом танце. – М.: КУНШТ, 2009. – 21 с.)			
Тема 19. Allegro	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Вводятся высокие прыжки трамплинного характера. Как и маленькие прыжки трамплинного характера, их исполняют с короткого упругого pliè. Они развивают силу всей ноги и силу отдачи от пола, что необходимо для изучения больших прыжков. Необходимо следить за за правильным demi pliè перед прыжком и чтобы корпус сохранял стройность и подтянутость, особенно в момент отдачи от пола		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Pas échappè с усложненной заноской.			
	2. Pas échappè battu с окончанием на одну ногу.			
	3. Pas assemblè battu.			
	4. Entrechat-trios.			
	5. Entrechat-cinq.			
	6. Pas brisé вперед и назад.		2	
	7. Temps levè с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах.			
	8. Pas jetè с продвижением с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах, с приемов pas glissade, pas coupè, coupè – шаг.		2	
	9. Sissonne ouverte на 45° в маленьких позах с продвижением.			
	10. Grand sissonne ouverte во всех позах (без продвижения).		2	
	11. Sissonne simple en tournant en dehors и en dedans по 1\2 и полному повороту.			
	12. Pas emboitè en tournant по 1\2 поворота на месте и с продвижением.		2	
	13. Grand pas emboitè.			
	14. Rond de jambe en l’air sauté с различных приемов.		2	

		15. Grand pas chassè.				
		16. Tours en l'air (2 tours мужской класс-факультативно).	2			
		17. Tours en l'air по одному подряд 2 раза (мужской класс).				
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	8			
		Чтение литературы по теме: подготовительные упражнения к турам в большие позы стр. 43-61				
Тема 20. Экзерсис пальцах	на	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2		
		1. Продолжение вырабатывания силы и выносливости количественным исполнением однородных движений. Ранее изученные движения повторяются в более сложных сочетаниях				
			<b>Практические занятия:</b>	2		
			1. Pas échappè en tournant на II и IV позиции по 1/2 поворота.			
			2. Pas de borre en tournant en dehors и en dedans: а) с переменной ног; б) dessus-dessous.			
			3. Sissonne simple en tournant по 1/2 поворота.			
			4. Pas glissade en tournant с продвижением по диагонали (6-8).	2		
			5. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из позы на 45°.			
			6. Pas tombè из позы в позу на 45°.			
			7. Grand sissonne ouverte во всех направлениях и позах без продвижения.	2		
			8. Pas jetè в большие позы.			
			9. Relevès на одной ноге в позах (без продвижения), другая нога на 45° (4-8) и 90° (2-4).	2		
			10. Relevès en tournant на одной ноге по 1\4 и 1\2 поворота, другая нога в положении sur le cou-de-peid.			
			11. Pas ballonné во всех направлениях и позах с продвижением.	2		
			12. Pirouettes en dehors и en dedans с IV позиции (1, 2 pirouettes).			
			13. Pirouettes en dehors и en dedans с V позиции по одному подряд (4-6).			
			14. Tours chaine.	1		
			15. Changement de pied с продвижением во всех направлениях и en tournant.			
			16. Контрольный урок	1		
			<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	7		
			Чтение литературы по теме: вращательные движения на пальцах стр. 88-103 (Базарова, Н.П. Классический танец: 4-5 год обучения/ Н.П. Базарова. – С. –Петербург, Москва, Краснодар: Лань, 2006. – 199 с.)			
5(9) класс						
Тема 21.		<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2		

Партерный экзерсис	1.	Дальнейшее совершенствование профессиональных возможностей. Увеличение физической нагрузки с целью дальнейшего развития силы ног и выносливости, путём ускорения темпа исполнения и увеличения количества движений.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Упражнения для развития профессиональной выворотности и укрепления внутренних мышц бедра demi rond и en dehors en dedans с помощью резинового жгута.			
	2. Резкое разведение ног в сторону en dedans в положении лёжа, с подъёмом их до положения вперёд на 90°.		2	
	3. Упражнения для развития профессиональной гибкости: а) «Берёзка»; б) «Мостик» из положения стоя; в) «Ладья» с полным разгибанием ног.		2	
	4. Упражнения для развития профессионального шага: а) поперечный шпагат с двух опор; б) продольный шпагат с двух опор.		2	
	5. Упражнения для развития и укрепления мышц спины: а) поднятие спины высоко от пола с руками за головой, лёжа на животе, на скамейке на весу. Выполняется в паре с другим учеником; б) поднятие спины в положении сидя, лёжа на скамейке на спине, верхняя часть корпуса находится на весу. Выполняется в паре с другим учеником.		2	
	6. Упражнения для развития прыжка: а) большая разножка на трамплинном прыжке; б) чередование трамплинных прыжков с вытянутыми и поджатыми ногами.		2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		7	
	Чтение литературы по теме: упражнения у палки. Позы в поворотах стр. 105-111			
Тема 22. Экзерсис у станка	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	
	1.	Ранее пройденные движения исполняются в более сложных сочетаниях и с более сложными задачами. Для исполнения упражнений требуется предельное напряжение мышц и связок.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Rond de jambe en l'air en dehors en dedans: а) double на всей стопе, на полупальцах и с окончанием в demi-plié; б) на 90° на всей стопе (1-2 ronds).			
	2. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans и из позы в позу на 45° и 90°.			
	3. Grand temps relevè en dehors и en dedans.			
	4. Port de bras (с работой корпуса) во всех позах на 90°.		2	



		5. Battements développés: а) balancé с окончанием в позы на 90°; б) с коротким balancé.			
		6. Grand battements jetés: а) на полупальцах; б) balancé; в) через assé на 90°.		2	
		7. Половина tour en dehors и en dedans с pliè-relevé, с ногой, вытянутой вперед или назад на 45° и 90°.			
		8. Поворот fouetté en dehors и en dedans на 1/2 круга с ногой, поднятой вперед или назад на 90° на полупальцах и с pliè-relevé.			
		9. 2 pirouettes en dehors и en dedans ctemps relevé.		2	
		10. Pirouette (различные виды) en dehors и en dedans с окончанием во все направления на 45° en face.			
		11. Tour tire-bouchon en dehors и en dedans из положения ноги, открытой на 90°.		2	
		12. Tour fouetté на 45° en dehors и en dedans.			
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		6	
		Чтение литературы по теме: упражнения у палки. Повороты fouette стр. 113-121			
Тема 23. Экзерсис середине	на	<b>Содержание учебного материала:</b>			2
		1.	Движения предыдущего класса развивают и усложняют. Добиваться точной координации движения, которая необходима в различных видах вращения, изучаемых в этом классе. Необходимо привить во время вращения сознательное сохранение центра тяжести на опорной ноге.	2	
		<b>Практические занятия:</b>			
		1. Battements relevés lent и battements développés в позах IV arabesque и écartée на полупальцах и с pliè-relevé		2	
		2. Battements développés: а) tombe en face и в позах с окончанием на 90°; б) ballottés.			
		3. Grand rond de jambe développés en dehors и en dedans en face и из позы в позу на полупальцах, на demi-plié и с pliè-relevé.		2	
		4. Tour lent en dehors и en dedans: а) в позах IV arabesque и écartée; б) из позы в позу (с работой корпуса).			
		5. Grands battements jetés с passe на 90°.		2	
		6. Grand port de bras – preparation к tours в больших позах.			
		7. Grand fouetté en face с coupé шага, оканчивая в attitude effacée, в I, II arabesques.		2	

	8. Battements divises en quarts (четвертные battements).	2		
	9. Temps lié par terre с pirouette en dehors и en dedans.			
	10. Повороты en dehors и en dedans из позы в позу через passé на 45° и 90° с pliè- relevè.	2		
	11. Различные pirouettes en dehors и en dedans в больших и маленьких позах.			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			7
Просмотр видео-урока по программе пройденного материала 5 класс классический танец преп. Дергилёва Е.В., конц. Крючкова И.Ю.				
Чтение литературы по теме: упражнения на середине. Tour lent стр. 127-133				
Тема 24. Allegro	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	1.	Для изучения прыжков с более широкой амплитудой, необходимо продолжить исполнение трамплинных прыжков, как в простом и более сложном виде. Следить за demi-plie, чтобы перед толчком стопы были плотно прижаты к полу и были выворотными.		
	<b>Практические занятия:</b>		2	
	1. Entrechat quatre с продвижением.			
	2. Royale с продвижением.			
	3. Pas ballottè носком в пол и на 45°.			
	4. Sissonne fondue.			
	5. Pas jetè fermè во всех направлениях и позах.		2	
	6. Grande sissonne ouverte во всех направлениях и позах с продвижением.		2	
	7. Sissonne ouverte par développè en tournant en dehors и en dedans на 1/2 и полный поворот с окончанием в сторону на 45°.			
	8. Grande sissonne tombè во всех направлениях и позах.		2	
	9. Grande temps lié sauté вперед и назад.		2	
	10. Pas ballonné battu в сторону, без продвижения и с продвижением.			
	11. Grand pas assemblè в сторону и вперед с приемов: с V позиции, coupè шага pas glissade sissonne tombèe développè tombèe вперед.		2	
	12. Temps levè в позах на 90°.			
	13. Grand pas jetè вперед в позах: attitude croisée, I, II ,III arabesques, attitude effacèe с coupè шага и pas glissade.		2	
	14. Grand pas de chat.			
	15. Tours en l’air по одному подряд (2, 3 мужской класс).		2	
	16. Tours en l’air (2tours -мужской класс).			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		8	

	Чтение литературы по теме: упражнения на середине. Туры в большие позы стр. 134-147			
Тема 25 Экзерсис на пальцах. Женский класс	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	1.	Продолжается работа над развитием техники, силы и выносливости ног, путём увеличения количества и темпа исполнения движений. Следить за качеством исполнения движений.	2	2
	<b>Практические занятия:</b>			
	1. Petit pas jetè en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.		2	
	2. Sissonne ouverte на 45° en tournant en dehors и en dedans на 1/4 и 1/2 поворота.			
	3. Grande sissonne ouverte во всех направлениях и позах с продвижением.		2	
	4. Pas tombè из позы в позу на 90°.			
	5. Повороты fouettè en dehors и en dedans на 1/4 круга из позы в позу с ногой, поднятой на 45° и 90°.		2	
	6. Grand fouettè с coupè шага, с окончанием в позы attitude effacèe, I, II arabesques			
	7. Relevès на одной ноге в позах на 45° и 90° с продвижением вперед (4-6) и на 1/4 и en tournant на 1/4 и 1/2 поворота.		2	
	8. Pas glissade en tournant с продвижением по диагонали (8-16).			
	9. Pirouettes en dehors и en dedans с V, IV позиций (2 pirouettes).			
	10. Pirouettes en dehors с V позиции по одному подряд (8-16).			
	11. Pirouettes en dehors и en dedans с приема pas tombè (1, 2 pirouettes).			
	12. Pirouettes en dehors и en dedans с ногой в положении sur le cou-de-peid (4-8) и в позе attitude вперед (2-6).		2	
	13. Pirouettes en dehors с dègagè по диагонали (8-16).			
	14. Pirouettes en dedans с coupè шага по диагонали (8-16).			
15. Tours fouettès (6-8).		1		
16. Контрольный урок		1		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>				
Чтение литературы по теме: упражнения на середине стр. 113-120 (Тарасов Н.И. Классический танец: Школа мужского исполнительства. М.: Искусство, 1980.)		7		
Максимальная нагрузка обучающихся – 525 часов, аудиторных занятий – 350 часов, самостоятельная работа – 175 часов.				

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### **3.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

Реализация учебного предмета осуществляется в балетных залах, с использованием средств кабинета фоноvideотеки и фондов библиотеки.

Оборудование балетного зала:

пол, имеющий специальное покрытие (балетизол);  
зеркала, станки вдоль стен;  
музыкальный инструмент (пианино).

Оборудование кабинета фоноvideотеки:

фонд аудио, видеозаписей,  
звуковоспроизводящая, видеовоспроизводящая, записывающая техника,  
аппаратура для индивидуального прослушивания.

Библиотечный фонд укомплектован печатными изданиями основной, дополнительной учебной и нотной литературы по дисциплине, соответствующими требованиям программы. Библиотечный фонд включает справочно-библиографические и периодические издания.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

**Основные источники:**

1. Александрова, Н.А. Классический танец для начинающих: учебное пособие / Н.А. Александрова, Е.А. Малашевская. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2019. — 120 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/114078>. — ЭБС «Лань»
2. Базарова, Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения: учебное пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей. — 9-е, стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. — 272 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/127047>. — ЭБС «Лань»
3. Базарова, Н.П. Классический танец. 4-5 год обучения: учебное пособие / Н.П. Базарова. — 6-е, стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. — 204 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/127046>. — ЭБС «Лань»
4. Меднис, Н.В. Введение в классический танец: учебное пособие / Н.В. Меднис, С.Г. Ткаченко. — 6-е, стер. — Санкт-Петербург: Планета музыки, 2020. — 60 с. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/133837>. — ЭБС «Лань»
5. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа: Учебное пособие. — Спб.: Лань, 2020. — 224 с.

**Дополнительные источники:**

1. Вихрева, Н.А. Экзерсис на полу. Для подготовки к занятиям классическим танцем / Н.А. Вихрева. — М.: Интурреклама. Полиграфсервис. — 2004. — 81 с.

2. П.А. Пестов. Аллегро в классическом танце. – М.: КУНШТ, 2009. – 21 с.
3. Альберт, Г. Александр Пушкин. Школа классического танца / Г. Альберт. – М.: А.Р.Т., 1996. – 254 с.
4. Валукин, Е.П. Мужской классический танец / Е.П. Валукин. – М.: ГИТИС, 1987. – 104 с.
5. Костровицкая, В.С. 100 уроков классического танца / В.С. Костровицкая. – Л.: Искусство, 1981. – 262 с.
6. Костровицкая, В.С. Школа классического танца / В.С. Костровицкая, А.А. Писарев. – Л.: Искусство, 1968. – 255 с.
7. Никифорова, А.В. Советы педагога классического танца / А.В. Никифорова. – С.-Пб.: Искусство России, 2002. – 117 с.
8. Тарасов, Н.И. Классический танец: Школа мужского исполнительства / Н.И. Тарасов. – М.: Искусство, 1980. – 419 с.

#### **Интернет-ресурсы:**

Электронно-библиотечная система ЛАНЬ ([www.e.lanbook.com](http://www.e.lanbook.com))

Электронная библиотека АКАДЕМИЯ ([www.academia-library.ru](http://www.academia-library.ru))

Электронно-библиотечная система IPR BOOKS ([www.iprbooksshop.ru](http://www.iprbooksshop.ru))

## **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Контроль и оценка** результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Итоговая аттестация в форме контрольного урока в 5(9) классе.

<b>Результаты обучения</b>	<b>ОК</b>	<b>ПК</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
Результаты изучения учебного предмета УПО.10.02. Классический танец должны отражать: 1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья; 2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения	ОК 10. Использовать в профессиональной деятельности личностные, метапредметные, предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования.	ПК 1.6. Сохранять и поддерживать внешнюю, физическую и профессиональную форму.	Медицинский контроль состояния здоровья учащихся, контроль антропометрических данных: веса, роста и физического состояния. Самоконтроль здоровья. Фронтальный устный опрос, ролевые игры. Контрольный урок.

<p>и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;</p> <p>3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;</p> <p>4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;</p> <p>5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и</p>			
--	--	--	--

<p>корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).</p>			
---	--	--	--