

Приложение 5.1.24. к ППССЗ
по специальности
52.02.01 Искусство балета

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
УПО.10.02. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

САРАТОВ
2018

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	Содержание учебного материала:		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		
	Практические занятия		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	
	Самостоятельная работа обучающихся		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.	Содержание учебного материала:		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.		
	Практические занятия:		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).		
		Самостоятельная работа обучающихся	7	
		Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 22-38		
Тема 3. Экзерсис середине зала.	на	Содержание учебного материала: 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
		Практические занятия:	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.			
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Просмотр видео-урока по программе пройденного материала 1 класс классический танец (преп. Носкова О.В., конц. Колокина И.А.)		7	
	Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 39-50			
Тема 4. Allegro.	Содержание учебного материала:			
	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
	Практические занятия:		2	
	1. Temps sauté по I, II и V позициям.			

		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	
		Самостоятельная работа обучающихся	7	
		Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 51-66		
Тема 5. Экзерсис на пальцах (изучается во II полугодии в женском классе)		Содержание учебного материала:	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.		
		Практические занятия:	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	
		Самостоятельная работа обучающихся	6	
		Чтение литературы по теме: Экзерсис на полу стр. 67-86		
2(6) класс				
Тема 6. Партерный экзерсис		Содержание учебного материала:	2	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.		
		Практические занятия:		
		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) поднимание 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	
		Самостоятельная работа обучающихся		
		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		Содержание учебного материала:		
	1.	Достирая лучшей устойчивости на целой стопе, отдельные движения переводятся на полупальцы,	2	2

		добиваясь дальнейшего развития устойчивости, выворотности и одновременно укрепляя силу мышц ног.		
		Практические занятия:		
		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.	2	
		3. Battements soutenus на полупальцах en face и в маленьких позах.		
		4. Battements frappés на полупальцах во всех направлениях en face и в позах.		
		5. Battements doubles frappés на полупальцах во всех направлениях en face и в позах, и с окончанием в demi-pliés .	2	
		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.		
		8. Pas tombé: 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.	2	
		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.		
		11. Battements relevés lents и battements développés: 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 développés passé.	2	
		12. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face.		
		13. Relevés на полупальцы: а) в IV позиции; б) с работающей ногой, поднятой на 45°.	2	
		Самостоятельная работа обучающихся		
		Чтение литературы по теме: Связующие и вспомогательные движения стр. 73-84	6	
Тема 8. Экзерсис середине	на	Содержание учебного материала:		
		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	2	2
		Практические занятия:	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°.	2	
	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) passé 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	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	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	7	
Тема 9. Allegro	Содержание учебного материала:		2
	1. Прыжковые упражнения во втором классе совершенствуют высоту прыжка и тренируют мышцы на маленьких прыжках		
	Практические занятия:		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.			
	11. Petit pas chassé во всех направлениях en face и в позах.			
	12. Sissonne fermée во всех направлениях en face и в позах.	2		
	13. Sissonne onverte par developpe на 45° en face и в позах.			
	Самостоятельная работа обучающихся	7		
	Чтение литературы по теме: Прыжки стр. 84-94			
Тема 10. Экзерсис на пальцах. Женский класс	Содержание учебного материала:			
	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	2	2	
	Практические занятия:			
	1 Relevé по IV позиции на croisée и effacée в маленьких и больших позах.			
	2 Pas échappé: 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 assemblé 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) ballotté 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		
		Самостоятельная работа обучающихся	7	
		Чтение литературы по теме: Танец на пальцах стр. 132-139		
3(7) класс				
Тема 11. Партерный экзерсис	Содержание учебного материала:			
	1. Развитие силы, но вместе с тем и дальнейшее развитие природных данных. Увеличение количества исполнения движений. Ускорение темпа исполнения движений Дальнейшее развитие	2	2	

		координации движений.		
		Практические занятия:		
		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	
		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.	2	
		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.	2	
		4. Упражнения для развития и укрепления мышц спины: а) «Лодочка»; б) «Ласточка».	2	
		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).	2	
		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.	2	
		Самостоятельная работа обучающихся		
		Чтение литературы по теме: Элементарные виды rond de jambe стр. 150-158 (Тарасов Н.И. Классический танец: Школа мужского исполнительства. М.: Искусство, 1980.)	7	
Тема 12. Экзерсис у станка		Содержание учебного материала:		
	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.	2	2
		Практические занятия:		
		1. Rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plié en face и из позы в позу.	2	
		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 frappès с relevè на полупальцы.		2	
		5. Battements doubles frappès с relevè на полупальцы.			
		6. Pas tombè с продвижением, другая нога на 45°.		2	
		7. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием в demi-pliè .			
		8. Battements relevès lents и battements développès en face и в позах: а) с подъемом на полупальцы и на полупальцах; б) на demi-pliè; в) с demi-pliè 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-pliè			
		10. Soutenu en tournant en dehors и en dedans начиная на 45° со всех направлений.		2	
		11. Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, работающая нога в положении sur le cou-de-pied и с приема pas tombè.			
		Самостоятельная работа обучающихся		7	
		Чтение литературы по теме: формы port de bras стр. 163-176			
Тема 13. Экзерсис середине	на	Содержание учебного материала:		2	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.		
		Практические занятия:		2	
		1. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans; на полупальцах и на demi-pliè en face.			
		2. Battements foundus: а) на полупальцах en face и в позах; б) с pliè-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 frappès на полупальцах и с releve на полупальцы.			
		5. Battements double frappès: а) на полупальцах; б) с releve на полупальцах окончанием в demi-pliè en face и в позы.			
		6. Petit battement sur le cou-de-peid на полупальцах		2	

	7. Pas tombé с продвижением, и с окончанием sur le cou-de-peid, носком в пол и на 45°		2	
	8. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на полупальцах, и с окончанием в demi-plié.			
	9. Petit temps relevé en dehors и en dedans с окончанием на полупальцы.			
	10. Battements relevés lents и battements développés: а) в IV arabesque на всей стопе; б) en face и в позах (кроме IV arabesque и ecartée) с подъемом на полупальцы, и на demi-plié; в) с demi-plié и с переходом с ноги на ногу en face и в позах.		2	
	11. Grand rond de jambe développe en dehors и en dedans en face и из позы в позу на всей стопе.			
	12. Temps lié на 90° с переходом на всю стопу.		2	
	13. Grand battements jetés par terre с окончанием на носок вперед или назад en face и в позы			
	Самостоятельная работа обучающихся		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	Содержание учебного материала:		2	2
	1.	Введение прыжков трамплинного характера, на коротком, но очень сильном plié. Они развивают силу всей ноги. Чередование эластичных мягких прыжков с трамплинными развивает ноги для высоких, лёгких прыжков.		
	Практические занятия:		2	
	1. Temps sauté с продвижением вперед, в сторону и назад.			
	2. Changements de pieds с продвижением вперед, в сторону и назад			
	3. Pas echappé на II и IV позиции en tournant по 1/4 и 1/2 поворота.			
	4. Pas assemblé с продвижением и в позах.			
	5. Sissonne simple en tournant en dehors и en dedans по 1/4.		2	
	6. Pas jeté с продвижением во всех направлениях, с ног 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 tombé во всех направлениях и в позах.			
	11. Temps lié sauté.		2	
	12. Pas ballonné во всех направлениях en face и в позах, на месте и с продвижением.			
	13. Entrechat-quatre.		2	

	14. Royale.				
	Самостоятельная работа обучающихся		7		
	Чтение литературы по теме: большие позы классического танца стр. 186-192				
Тема 15. Экзерсис на пальцах. Женский класс	Содержание учебного материала:		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.			
	Практические занятия:		2		
	1. Pas échappè en tournant на II и IVпозиции по 1/4 и 1/2 поворота.				
	2. Pas assemblè soutenu en tournant en dehors и en dedans по 1/2 поворота и полному повороту.				
	3. Pas de bourreè dessus-dessous en face.				
	4. Pas de bourreè ballottè 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				
	7. Sissonne ouverte par developpe на 45° во всех направлениях и позах.		2		
	8. Pas tombe из позы в позу на 45°.				
	9. Relevès на одной ноге, другая нога в положении sur le cou-de-peid на 45° (2-4)		2		
	10. Pas ballonnè во всех направлениях и в маленьких позах (2-4)				
	11. Pirouette sur le cou-de-peid en dehors и en dedans с Vi IV позиций.		2		
	12. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из положения носком в пол.				
	13. Temps sauté по V позиции на месте и с продвижением.		1		
	14. Changement de pied en face и en tournant.				
	15. Контрольный урок		1		
	Самостоятельная работа обучающихся		7		
	Чтение литературы по теме: прыжки с двух ног на две ноги и с двух на одну стр. 211-220				
4(8) класс					
Тема 16. Партерный экзерсис	Содержание учебного материала:		2		2
	1.	Увеличение физической нагрузки с целью дальнейшего развития силы ног и выносливости, путём ускорения темпа исполнения и увеличения количества движений			
	Практические занятия:		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 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) поднятие спины высоко от пола с руками за головой, лёжа на животе. Выполняется в паре с другим учеником; б) поднятие 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 раскрытием и закрыванием ног.		2	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	Чтение литературы по теме: танцевальные шаги и связующие движения классического танца стр. 192-206		6	
Тема 17. Экзерсис у станка	Содержание учебного материала:			
	1.	Развитие и укрепление устойчивости в упражнениях с поворотами на одной ноге. Особое внимание уделяется натянутости и выворотности опорной ноги и правильно поставленному корпусу	2	2
	Практические занятия:			
	1. Battements doubles frappés с поворотом на 1/4 и 1/2 круга.		2	
	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 relevè и pliè- relevè на полупальцы.			
	4. Battements relevè lents и battements développés: а) с pliè-relevè en face и в позах;		2	

			б) с pliè-relevè demi-rond de jambe en face и из позы в позу.	2		
			5. Battements développés ballottés.			
			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			
			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.			
			10. Полуповорот en dehors и en dedans из позы позу через passé на 45° и 90° на полупальцах и с pliè- relevè.			
			11. Поворот fouetté en dehors и en dedans на 1/4 и 1/2 круга с ногой, поднятой вперед или назад: а) на 45° на полупальцах и с pliè- relevè; б) на 90° на всей стопе.			
			12. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на demi-pliè.			
			Самостоятельная работа обучающихся			
			Чтение литературы по теме: основные виды developpe стр. 192-206			
			Тема 18 Экзерсис середине			на
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						
Практические занятия:						
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.						
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.						
9. Soutenu en tournant, начиная со всех направлений на 90° и больших поз.						
10. Поворот fouetté 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. Preparatoin 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).			
	Самостоятельная работа обучающихся		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	Содержание учебного материала:		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		
	Практические занятия:		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.		2	
	6. Pas brisé вперед и назад.			
	7. Temps levè с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах.		2	
	8. Pas jetè с продвижением с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах, с приемов pas glissade, pas coupè, coupè – шаг.			
	9. Sissonne ouverte на 45° в маленьких позах с продвижением.		2	
	10. Grand sissonne ouverte во всех позах (без продвижения).			
	11. Sissonne simple en tournant en dehors и en dedans по 1\2 и полному повороту.		2	
	12. Pas emboitè en tournant по 1\2 поворота на месте и с продвижением.			
	13. Grand pas emboitè.		2	

		14. Rond de jambe en l'air sauté с различных приемов.		2		
		15. Grand pas chassé.				
		16. Tours en l'air (2 tours мужской класс-факультативно).		2		
		17. Tours en l'air по одному подряд 2 раза (мужской класс).				
		Самостоятельная работа обучающихся		8		
		Чтение литературы по теме: подготовительные упражнения к турам в большие позы стр. 43-61				
Тема 20. Экзерсис пальцах	на	Содержание учебного материала:			2	
		1. Продолжение вырабатывания силы и выносливости количественным исполнением однородных движений. Ранее изученные движения повторяются в более сложных сочетаниях				
			Практические занятия:			
			1. Pas échappé en tournant на II и IV позиции по 1/2 поворота.			2
			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).			
			5. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из позы на 45°.			2
			6. Pas tombé из позы в позу на 45°.			
			7. Grand sissonne ouverte во всех направлениях и позах без продвижения.			2
			8. Pas jeté в большие позы.			
			9. Relevés на одной ноге в позах (без продвижения), другая нога на 45° (4-8) и 90° (2-4).			2
			10. Relevés 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
			Самостоятельная работа обучающихся			
			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.)			7
5(9) класс						

Тема 21. Партерный экзерсис	Содержание учебного материала:		2	2
	1.	Дальнейшее совершенствование профессиональных возможностей. Увеличение физической нагрузки с целью дальнейшего развития силы ног и выносливости, путём ускорения темпа исполнения и увеличения количества движений.		
	Практические занятия:		2	
	1. Упражнения для развития профессиональной выворотности и укрепления внутренних мышц бедра <i>demi rond</i> и <i>en dehors en dedans</i> с помощью резинового жгута.			
	2. Резкое разведение ног в сторону <i>en dedans</i> 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) поднимание спины высоко от пола с руками за головой, лёжа на животе, на скамейке на весу. Выполняется в паре с другим учеником; б) поднимание 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	
	Самостоятельная работа обучающихся		7	
	Чтение литературы по теме: упражнения у палки. Позы в поворотах стр. 105-111			
Тема 22. Экзерсис у станка	Содержание учебного материала:		2	2
	1.	Ранее пройденные движения исполняются в более сложных сочетаниях и с более сложными задачами. Для исполнения упражнений требуется предельное напряжение мышц и связок.		
	Практические занятия:		2	
	1. <i>Rond de jambe en l'air en dehors en dedans</i> : а) <i>double</i> на всей стопе, на полупальцах и с окончанием в <i>demi-plié</i> ; б) на 90° на всей стопе (1-2 <i>ronds</i>).			
	2. <i>Flic-flac en tournant en dehors</i> и <i>en dedans</i> и из позы в позу на 45° и 90°.			
	3. <i>Grand temps relevè en dehors</i> и <i>en dedans</i> .		2	

	4. Port de bras (с работой корпуса) во всех позах на 90°.				
	5. Battements développés: а) balancé с окончанием в позы на 90°; б) с коротким balancé.				
	6. Grand battements jetés: а) на полупальцах; б) balance; в) через assé на 90°.		2		
	7. Половина tour en dehors и en dedans с pliè-relevé, с ногой, вытянутой вперёд или назад на 45° и 90°.				
	8. Поворот fouetté en dehors и en dedans на 1/2 круга с ногой, поднятой вперёд 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.				
	Самостоятельная работа обучающихся		6		
Чтение литературы по теме: упражнения у палки. Повороты fouette стр. 113-121					
Тема 23. Экзерсис середине	на	Содержание учебного материала:		2	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.		
	Практические занятия:		2		
	1. Battements relevés lent и battements développés в позах IV arabesque и écartée на полупальцах и с pliè-relevé				
	2. Battements développés: а) tombe en face и в позах с окончанием на 90°; б) ballottés.		2		
	3. Grand rond de jambe développés en dehors и en dedans en face и из позы в позу на полупальцах, на demi-pliè и с pliè-relevé.				
	4. Tour lent en dehors и en dedans: а) в позах IV arabesque и écartée; б) из позы в позу (с работой корпуса).		2		
	5. Grands battements jetés с passe на 90°.				
	6. Grand port de bras – preparation к tours в больших позах.		2		

	7. Grand fouetté en face с coupè шага, оканчивая в attitude effacee, 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.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	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	7	
Тема 24. Allegro	Содержание учебного материала:		2
	1. Для изучения прыжков с более широкой амплитудой, необходимо продолжить исполнение трамплинных прыжков, как в простом и более сложном виде. Следить за demi-plié, чтобы перед толчком стопы были плотно прижаты к полу и были выворотными.	2	
	Практические занятия:		
	1. Entrechat quatre с продвижением.		
	2. Royale с продвижением.	2	
	3. Pas ballotté носком в пол и на 45°.		
	4. Sissonne fondue.		
	5. Pas jeté fermè во всех направлениях и позах.	2	
	6. Grande sissonne ouverte во всех направлениях и позах с продвижением.		
	7. Sissonne ouverte par développè en tournant en dehors и en dedans на 1/2 и полный поворот с окончанием в сторону на 45°.	2	
	8. Grande sissonne tombè во всех направлениях и позах.	2	
	9. Grande temps lié sauté вперед и назад.		
	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 tombée développè tombée вперед.	2	
	12. Temps levè в позах на 90°.		
	13. Grand pas jeté вперед в позах: attitude croisée, I, II ,III arabesques, attitude effacée 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).		

	Самостоятельная работа обучающихся		8	
	Чтение литературы по теме: упражнения на середине. Туры в большие позы стр. 134-147			
Тема 25 Экзерсис на пальцах. Женский класс	Содержание учебного материала:		2	2
	1.	Продолжается работа над развитием техники, силы и выносливости ног, путём увеличения количества и темпа исполнения движений. Следить за качеством исполнения движений.		
	Практические занятия:		2	
	1. Petit pas jeté en tournant по 1/2 поворота с продвижением в сторону.			
	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 tombé из позы в позу на 90°.			
	5. Повороты fouetté en dehors и en dedans на 1/4 круга из позы в позу с ногой, поднятой на 45° и 90°.		2	
	6. Grand fouetté с coupé шага, с окончанием в позы attitude effacée, I, II arabesques			
	7. Relevés 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 tombé (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 dégagé по диагонали (8-16).			
	14. Pirouettes en dedans с coupé шага по диагонали (8-16).			
	15. Tours fouettés (6-8).		1	
	16. Контрольный урок		1	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	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. – СПб.: 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)

Электронная библиотека АКАДЕМИЯ (www.academia-library.ru)

Электронно-библиотечная система IPR BOOKS (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.

Результаты обучения	ОК	ПК	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
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>			
---	--	--	--