

ПРОГРАММА
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ
ОБРАЗОВАНИЮ

«КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»

Пояснительная записка

Известно, что все жанры хореографии и даже некоторые виды спорта (художественная гимнастика, фигурное катание) пользуются техникой классического танца. Именно она помогает обрести более высокий исполнительский уровень, так как классический танец обладает наиболее совершенной системой обучения и тренировки ребенка, основанной на глубоких анатомических и физиологических закономерностях. Требования в обучении классическому танцу, к художественной форме, технике исполнения, законченности, стилю, манере танца очень велики, и снижение уровня этих требований недопустимо, так как лишает классический танец значения в качестве средства эстетического воспитания.

«Классический танец» является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных предметов, ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование необходимых технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры, знакомит с высшими достижениями мировой и отечественной хореографической культуры. Всё это определяет **актуальность** программы по классическому танцу.

Программа «Классический танец» имеет **хореографическую направленность**, способствует выявлению и развитию интересов ребенка, его творческих возможностей и личного потенциала.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена тем, что ее основа строится на системе упражнений, овладевая которыми обучающиеся приобретают качества, умения и навыки, необходимые для исполнения как классических танцев, так и танцев других хореографических жанров (народно-сценического, историко-бытового, джаз-модерн танца и т.д.).

В процессе обучения у учащихся развиваются физические данные, формируются необходимые технические навыки, накапливается определенный запас лексики.

Обучающиеся овладевают выразительными средствами танца, воспитывают правильную осанку, определенную манеру исполнения, правильно и гармонично воспитывают свое тело, исправляют имеющиеся физические недостатки (например, сутулость, сильную «завернутость» стоп, тазобедренных суставов и т.д.).

Настоящая программа составлена традиционно: включает основной комплекс движений – у станка и на середине зала и дает право педагогу на творческий подход к ее осуществлению с учетом особенностей психологического и физического развития детей 6-14 лет.

Цель программы: достижение духовной и физической гармонии ребёнка средствами классической хореографии.

Задачи программы

1. Образовательные:

- обучение умениям и навыкам классического танца;
- освоение танцевально-ритмической координации и выразительности;
- усвоение теоретических знаний в области классического танца.

2. Воспитательные:

- воспитание художественно-эстетического вкуса;
- совершенствование нравственно-эстетических, духовных и физических потребностей посредством танца;
- формирование интереса к творчеству;
- формирование способности к самообучению.

3. Развивающие:

- развитие психофизических характеристик, способствующих успешной самореализации;
- раскрытие потенциальных способностей, заложенных в ребенке;

- развитие способности выражать чувства и эмоции посредством танца;
- развитие мотивационной и волевой сферы.

Возраст детей

Содержание программы рассчитано на обучающихся от 6 до 14 лет.

Срок реализации программы

Программа предусматривает 5 лет обучения.

Форма и режим занятий

Основной формой организации образовательного процесса при реализации образовательной программы дополнительного образования детей и молодежи является занятие.

Формы организации занятий по программе «Классический танец»: групповая, мелкогрупповая, индивидуальная.

Формы проведения занятий: традиционное занятие; практическое занятие, репетиция, тренировочное занятие, творческая мастерская, экскурсия, концерт.

Режим занятий:

- I год обучения – 144 часа (2 раза в неделю по 2 часа);
- II год обучения – 216 часов (3 раза в неделю по 2 часа);
- III год обучения – 216 часов (3 раза в неделю по 2 часа);
- IV год обучения – 288 часов (4 раза в неделю по 2 часа);
- V год обучения – 288 часов (4 раза в неделю по 2 часа).

Методы обучения

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

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями

выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);

– практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);

– аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

– эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);

– индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

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

Ожидаемые результаты

К концу первого года обучения кружковцы должны

знать:

– все позиции ног;

– обозначение терминов, используемых в обучении *demiplie*, *batementtendu*, *batementjete*, *releve*, *passoute*, *demironddejambeparterre* в переводе с французского языка;

– I, II, III и подготовительную позиции рук;

уметь:

– правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку;

– вовремя начать движение и закончить его.

– изобразить в движениях повадки зверей, птиц, выразить образ в разном эмоциональном состоянии — веселья, грусти, тоски и т. д.;

– исполнить *demi plie*, *battementendu*, *battemanjete*, *releve*, *pas soute*, *demi rond de jambe par terre*;

– разложить несложные комбинации вышеуказанных движений по тактам;

– работать в паре.

Особо необходимо отметить, что все учащиеся к концу учебного года должны в совершенстве владеть лексикой уже освоенных классических движений. Более того, они должны уметь объяснить, как выполняется то или иное движение у палки, каков музыкальный размер его аккомпанемента. Также они должны знать последовательность классического экзерсиса у станка и на середине зала.

К концу второго года обучения учащиеся должны

знать:

– правила постановки рук, выворотное положение ног классического танца;

– положение «бокком к станку»;

– комбинации классического экзерсиса;

– положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;

– положение стопы, пятки и носка работающей ноги по отношению к опорной;

уметь:

– исполнить *препарасьон*;

– закрыть руку, заканчивая движения в адажио;

– объяснить все комбинации классического экзерсиса;

– объяснить и показать положение стопы, пятки и носка работающей ноги по отношению к опорной.

К концу третьего года обучения кружковцы должны

знать:

– правила исполнения основных движений классического экзерсиса,

– о динамических оттенках музыки — крещендо, диминуэндо, пиано, форте.

уметь:

– исполнять некоторые движения с затакта;
– показать положения стопы, пятки, носка работающей ноги по отношению к опорной.

На третьем году закрепляется *азбука* классического танца. У обучающихся третьего года должны быть выработаны навыки правильности и чистоты исполнения, развитие силы ног путем введения полупальцев в экзерсис у станка. На середине зала вводится элементарное адажио, начинается изучение *preparation* к *tours*. Закрепляются классические позы. Продолжается работа над *portdebras*.

К концу четвертого года обучения кружковцы должны

знать:

– темповые обозначения и слышать темп: *adagio* – медленно, *vivace* – живо, *lento* – протяжно, *largo* – широко, *andante* – не спеша, *allegro* – скоро;

уметь:

– владеть основными навыками, требуемыми школой классического танца;

– исполнять движения, сохраняя танцевальную осанку, выворотность, апломб, владея движениями стопы;

– исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;

– составлять несложные комбинации из изученных элементов классического и народного танца;

– самостоятельно провести экзерсис у станка или на середине зала;

– связывать характер танца с образом жизни народа и окружающей природой.

К концу четвертого года обучающиеся должны демонстрировать точность и чистоту исполнения пройденных движений, выразительность поз, положений головы, рук. Дальнейшее развитие устойчивости, силы и выносливости за счет нагрузки в комбинациях.

К концу пятого года обучения кружковцы должны

знать:

– выразительные средства музыки и танца: легато, стаккато, аччелендо, диминуэндо;

– танцевальные формы на основе симфонической музыки в классических балетах: па-де-де, па-де-труа, па-де-катр, адажио, вариация, кода;

– правила исполнения прыжков;

уметь:

– в классическом танце грамотно исполнить все основные движения у станка и на середине зала;

– различать танцевальные ритмы и мелодии в произведениях композиторов классиков, современных композиторов.

На пятом году обучения закрепляется программный материал четвертого года.

Основные задачи: выработка устойчивости на полупальцах, продолжение работы над чистотой, свободой и выразительностью исполнения.

Обучающиеся должны исполнять упражнения *entournant* на середине, **adagio**. Продолжается работа над пластичностью и точностью координации при исполнении больших поз и *tours*, над положением рук и головы.

По окончании обучения учащиеся должны:

– знать технику исполнения базовых движений классического танца и их практическое применение;

– знать и уметь использовать терминологию классического танца;

- владеть знаниями об уровнях и ракурсах движений;
- знать метро-ритмические раскладки исполнения движений;
- знать принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- владеть базовыми знаниями в области анатомии опорно-двигательного аппарата человека;
- знать о динамических оттенках музыки — крещендо, диминуэндо, пиано, форте;
- знать о школах классического танца.

К концу обучения у обучающихся должны быть сформированы навыки исполнения основных движений классического экзерсиса:

- навыки классической постановки корпуса, рук, ног, головы;
- навыки сохранения координации и осанки;
- навык быстрого запоминания танцевальных комбинаций;
- навыки использования разных уровней положений рук в больших и маленьких позах, позициях;
- навыки владения различными ракурсами исполнения движений;
- прыжки с двух ног на одну при сохранении «собранного» корпуса, «квадрата» бёдер и плеч;
- полуповороты;
- силовые навыки и выносливость;
- пластика классического танца;
- координация движений в упражнениях на пальцах;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- элементы художественной окраски движений;
- навыки работы в ансамбле.

К концу обучения у обучающихся должны быть сформированы следующие умения:

- умение исполнять на сцене классический танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- умение с точностью, пластичностью и координацией исполнять I, II, III *arabesque*;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при изучении классического танца и разучивании хореографического произведения.

Формы подведения итогов

Промежуточный и итоговый срез ЗУН; итоговая аттестация для обучающихся пятого года; отчётные концерты; конкурсные выступления; открытые занятия.

Материально-техническое обеспечение.

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

Для реализации программы «Классический танец» необходимо:

- просторное помещение с деревянным некрашеным полом, оборудованное специальными станками и зеркалами;
- репетиционная форма и специальная обувь;
- технические средства (музыкальная аппаратура, фонограммы, CD , DVD, телевизор для просмотра видео-информации).

Первый год обучения

Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание и вид работ	Всего	Из них	
			Теория	Практика
1	Организационная работа	2	2	-
2	Учебно-тренировочная работа	60	32	28
	<i>2.1. Азбука музыкального движения</i>	<i>18</i>	<i>8</i>	<i>10</i>
	<i>2.2. Пространственные упражнения</i>	<i>24</i>	<i>12</i>	<i>12</i>
	<i>2.3. Музыкальные игры и ритмические упражнения</i>	<i>18</i>	<i>12</i>	<i>6</i>
3	Элементы классического танца	72	24	48
	<i>3.1. Экзерсис у станка</i>	<i>34</i>	<i>14</i>	<i>20</i>
	<i>3.2. Экзерсис на середине зала</i>	<i>32</i>	<i>8</i>	<i>24</i>
	<i>3.3. Allegro</i>	<i>6</i>	<i>2</i>	<i>4</i>
4	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
5	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого	144	63	81

Содержание программы

1. Организационная работа

Выбор актива кружка. Изучение правил поведения учащихся на занятиях, инструктаж по технике безопасности.

2. Учебно-тренировочная работа

2.1. Азбука музыкального движения

1) Мелодия и движения. Понятие «темп»: быстро—медленно—умеренно. Понятие «музыкальный размер»: 2/4, 4/4, 3/4.

2) Контрастная музыка: быстрая — медленная, веселая — грустная, ритмичная — плавная, шутивная — серьезная.

3) Упражнения на построение ритмических рисунков в разных темпах с помощью хлопков.

4) Понятия «такт» и «затакт».

5) Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие.
Соотнесение пространственных построений с музыкой.

6) Двигательная импровизация под музыку: динамические оттенки в музыке, передача в движении характера разных по содержанию музыкальных произведений, дальнейшее развитие представления, мышления, инициативы.

2.2. Пространственные упражнения

1) Маршировка: по одному, в парах; расхождение вправо и влево по одному, в парах, в четверках. Выполняется с носка, на пальцах, с высоко поднятыми коленями.

2) Ознакомление с понятиями: «линия», «колонна», «круг».

3) Различные перестроения в марше.

4) Фигурная маршировка: хождение по диагонали, по кругу, расхождение парами и в четверках. Выполняется на высоких полупальцах, на пятках, с высоким подниманием колена, с поскоками и т. д. на выбор педагога.

5) Ознакомление с понятиями: «шеренга», «цепочка», «улитка».

2.3. Музыкальные игры и ритмические упражнения

1) Для развития музыкально-слухового восприятия:

- «Умей ходить на сильную долю звучания музыки»;
- «Хлопаем — топаем» (отображение ритмических рисунков музыки);
- «Давай дружить».

2) Для развития двигательной импровизации в музыке:

- «Танец деревянной куклы»;
- «Танец тряпичной куклы»;
- «На лесной опушке»;
- «Зоопарк»;
- «Прогулка».

3. Элементы классического танца

3.1. Экзерсис у станка

- 1) Позиции ног I, II, III, IV.
- 2) Подготовительное положение и позиции рук: I, II, III (вначале изучается на середине зала при неполной выворотности ног).
- 3) *Demi-pliés* в I, II, V позиции.
- 4) *Grands pliés* по I, II, V позиции.
- 5) *Relevé* на полупальцах по I, II, V позиции, с вытянутых ног и с *demi-pliés*.
- 6) *Battements tendus*:
 - из I позиции в сторону, вперед, назад;
 - из V позиции в сторону, вперед и назад.
- 7) *Battements tendus jetés*:
 - из I, V позиции в сторону, вперед и назад;
 - *demi-pliés* по I и V позиции в сторону, вперед и назад;
 - *piques* в сторону, вперед и назад.
- 8) Понятие направлений *endehorsetendedans*.
- 9) *Passé par terre* проведение ноги вперед и назад через I позицию.
- 10) *Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans*
Rond de jambe par terre en dehors et en dedans
Battements fondus в сторону, вперед и назад носком в пол, позднее на 45°.
- 11) Положение ноги *surlecou-de-pied*, вперед, назад и обхватное
Battements frappés в сторону, вперед и назад.
- 12) *Préparation* для *rond de jambe*.
- 13) Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).

3.2. Экзерсис на середине зала

- 1) Позиции рук: I, II, III; подготовительное положение.
- 2) Поклон.
- 3) *Demi-pliés* по I, II, V позиции.

4) *Battements tendus*:

- из I и V позиции в сторону, вперед и назад;
- с *demi-plié* по I и V позиции вперед, в сторону и назад.

5) *Battements tendus jetés*:

- из I и V позиции в сторону, вперед и назад;
- с *demi-pliés* в сторону, вперед и назад.

6) *Demi rond de jambe par terre et préparation et en dedans*.

7) *Port de bras* I, II.

3.3. Allegro

1) *Pas souté* I, II, V позиции, 2/4.

2) *Pas échappé*, 2/4.

3) *Changement de pieds* V позиция.

4. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Участие в различных мероприятиях, беседы, экскурсии, посещения концертов.

5. Итоговое занятие. Контрольные срезы ЗУН, промежуточный и итоговый, отчётный концерт для родителей.

Второй год обучения

Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание и вид работ	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Организационная работа	2	2	–
2	Учебно-тренировочная работа	28	8	20
	<i>2.1. Азбука музыкального движения</i>	<i>18</i>	<i>6</i>	<i>12</i>
	<i>2.2. Танцевальная импровизация</i>	<i>10</i>	<i>2</i>	<i>8</i>
3	Элементы классического танца	86	28	58
	<i>3.1. Экзерсис у станка</i>	<i>42</i>	<i>12</i>	<i>30</i>
	<i>3.2. Экзерсис на середине зала</i>	<i>32</i>	<i>12</i>	<i>20</i>
	<i>3.3. Allegro</i>	<i>12</i>	<i>4</i>	<i>8</i>
4	Специальная танцевально-художественная работа	86	26	60
	<i>4.1. Постановочная работа</i>	<i>18</i>	<i>6</i>	<i>12</i>
	<i>4.2. Репетиционная работа</i>	<i>68</i>	<i>20</i>	<i>48</i>
5	Основы знаний по анатомии человека	2	2	–
6	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	6	2	4
7	Концертная деятельность	4	–	4
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого	216	69	147

Содержание программы

1. Организационная работа

Повторение правил поведения учащихся на занятиях, инструктаж по технике безопасности.

2. Учебно-тренировочная работа

2.1. Азбука музыкального движения:

- 1) Ритмы нашей жизни и музыка.
- 2) Музыкальный ритм – образование из звуков, одинаковых или разных длительностей.
- 3) Ударные и неударные доли в музыке. Тактовая черта.
- 4) Такт. Сильные и слабые доли такта.
- 5) Счет такта – размер. Обозначение размера.
- 6) Размер 2/4, 3/4, 4/4, затакт.

2.2. Танцевальная импровизация

В данном разделе занятия задача руководителя состоит в том, чтобы побуждать детей к творческой активности, ассоциативному мышлению, пластической выразительности. Очень важно создать на занятиях такую обстановку, чтобы как можно больше ребят было вовлечено в импровизационную деятельность.

Учащимся дается возможность самим составлять новые комбинации движений для характерной разминки или придумывать новые упражнения. При разучивании движений из танцев учащимся также предлагается внести какой-нибудь новый элемент, пусть самый маленький, в уже готовые композиции. Могут быть задания и другого плана. Дети прослушивают определенную музыку, заранее подобранную хореографом и аккомпаниатором, и пытаются некоторое время «протанцевать» эту мелодию, передав при этом ее характер и настроение.

Такого рода работу рекомендуется проводить не на каждом занятии. Но педагог, планируя импровизационные занятия, должен строго учитывать тему урока и степень подготовленности своих воспитанников.

3. Элементы классического танца

3.1. Экзерсис у станка

- 1) *Demi-pliés* по IV позиции.

- 2) *Battements tendus*:
 - *double battements tendus* по II позиции.
- 3) *Battements tendus jetés*.
- 4) *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans* на *demi-plié*.
- 5) *Battements fondus* с *plié-relevé* на всей стопе на 45°.
- 6) *Battements soutenus* в сторону, вперед и назад, носком в пол и на 45° на всей стопе.
- 7) *Battements frappés et doubles frappés* на 45° на целой стопе.
- 8) *Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans* на 45° на всей стопе.
- 9) *Pas coure* на целой стопе.
- 10) *Battements développés*:
 - в сторону, вперед и назад;
 - *passes* во всех направлениях.
- 11) *Grands plis* по IV позиции.
- 12) *Grands battements jetés* *roindés*.
- 13) 1 и 3 *port de bras* как заключительное движение к различным упражнениям, позже изучается с ногой, вытянутой вперед, назад и в сторону.
- 14) *Relevé* на полупальцах:
 - в IV позиции;
 - на одной ноге, другая в положении *sur le cou-de-pied* и на 45°.
- 15) Полуповороты на пальцах *en dehors et en dedans* на двух ногах, начиная с вытянутых ног и *demi-pliés*.
- 16) *Battements relevés lents* на 90° из I, V позиции вперед, в сторону и назад.
- 17) *Battement développé* вперед, в сторону и назад.
- 18) *Grands battements* из I и V позиции вперед, в сторону и назад.

3.2. Экзерсис на середине зала

Упражнения выполняются *en face* по всей стопе с постепенным введением маленьких и больших поз.

- 1) *Grandspliés* по I, II, в V позиции.
- 2) *Battements tendus*:
 - *double* во II позиции;
 - в позах *croisée* и *efface*.
- 3) *Battements tendusjetés*.
- 4) *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-pliés*.
- 5) *Demi-rond de jambe en dehors et en dedans на 45° Battements frappés et double battements frappés* по усмотрению педагога.
- 6) *Battements fondus*.
- 7) *Port de bras*:
 - с наклоном корпуса в сторону;
 - с наклоном и перегибом корпуса с ногой, вытянутой на носок (вперед и назад).
- 8) *Temps lié par terre*.
- 9) *Relevé* на полупальцах:
 - в IV позиции *croisée et effacée*;
 - рабочая нога *surlecou-de-pied* или поднята в любом направлении на 45°.
- 10) *Relevé* на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с *demi-pliés*.
- 11) *Pas de bourrée simple* с переменной ног, изучается вначале лицом к станку.

3.3. Allegro

- 1) *Petit changement de pied*.
- 2) *Pas assemble* в сторону.
- 3) *Pas glissade*, в сторону, вперед *en face*.
- 4) *Pas échappé* по II позиции.
- 5) *Pas balance*.

4. Специальная танцевально-художественная работа

Постановочная и репетиционная работа — это работа над текущим репертуаром, очень сложная и кропотливая, ведущаяся на каждом занятии, и строится она строго по плану педагога-хореографа.

5. Основы знаний по анатомии человека

Значение и функции опорно-двигательной системы человека. Мышцы и их функция. Значение тренировки мышц. Утомление мышц. Основные группы мышц человека.

6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Участие в различных воспитательных мероприятиях, беседы, экскурсии, посещения концертов и т.п.

7. Концертная деятельность

Показательные выступления, отчётный концерт

8. Итоговое занятие

Контрольные срезы ЗУН, промежуточный и итоговый, отчётный концерты.

Третий год обучения

Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание и вид работ	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Организационная работа	2	2	–
2	Учебно-тренировочная работа	30	10	20
	<i>2.1. Танцевальная импровизация</i>	<i>12</i>	<i>4</i>	<i>8</i>
	<i>2.2. Силовые упражнения и акробатические элементы</i>	<i>18</i>	<i>6</i>	<i>12</i>
3	Элементы классического танца	84	28	56
	<i>3.1. Экзерсис у станка</i>	<i>32</i>	<i>12</i>	<i>20</i>
	<i>3.2. Экзерсис на середине зала</i>	<i>30</i>	<i>10</i>	<i>20</i>
	<i>3.3. Allegro</i>	<i>12</i>	<i>4</i>	<i>8</i>
	<i>3.4. Упражнения на пальцах</i>	<i>10</i>	<i>2</i>	<i>8</i>
4	Специальная танцевально-художественная работа	80	26	54
	<i>4.1. Постановочная работа</i>	<i>30</i>	<i>10</i>	<i>20</i>
	<i>4.2. Репетиционная работа</i>	<i>50</i>	<i>16</i>	<i>34</i>
5	Основы знаний по анатомии человека: опорно-двигательная система	2	2	-
6	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	2	6
7	Концертная деятельность	8	-	8
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого	216		

Содержание программы

1. Организационная работа

Повторение правил поведения учащихся на занятиях, инструктаж по технике безопасности.

2. Учебно-тренировочная работа

2.1. Танцевальная импровизация

Цели и задачи в данном разделе занятия остаются прежними. Задания становятся более сложными.

2.2. Силовые упражнения, акробатические элементы

1) Работа мышц пресса (упражнения подбирает руководитель, учитывая физическую подготовку ребят).

2) Колесо.

3) Фляк (для мальчиков).

4) Перекидное (по станку и в парах).

Можно добавить и другие элементы на выбор руководителя, учитывая подготовки учащихся.

3. Элементы классического танца

3.1. Экзерсис у станка

1) *Battementstendus* в малых и больших позах.

2) *Battementstendusjetés* в малых и больших позах.

3) *Demi rond et rond de jambe* на полупальцах.

4) *Battements fondus*:

– на полупальцах;

– с *plié-relevé* на полупальцах;

– в позах;

– *doublefondus* на целой ступе и на полупальцах.

5) *Battementssoutenus* 45° с подъемом на полупальцы вперед, назад, в сторону.

6) *Battements frappés et double battements frappés* на 45° на полупальцах.

7) *Petit battement sur le cou-de-pied* на полупальцах.

8) *Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans* на полупальцах.

9) *Pas coupé* на полупальцах.

10) *Battements relevés lents* на 90° и *battements développés* на 90° в позах: *croisée, effacée, écartée* вперед и назад, *attitude effacée et croisée, II arabesque*.

11) *Pas tombée* с продвижением, работающая нога в положении *sur le cou-de-pied*, носком в пол, на 45°.

12) 3 *port de bras* с ногой, вытянутой на носок назад на *plié* с растяжкой без перехода опорной ноги.

13) Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах с переменной ног (с вытянутых ног и с *demi-plié*).

14) *Demi-rond de jambe (45°) en dehors et en dedans* на целой стопе.

3.2. Экзерсис на середине зала

1) *Battement tendus* в малых и больших позах.

2) *Battement tendus jetés* в малых и больших позах.

3) *Demi rond et rond de jambe* на 45° *en dehors et en dedans*.

4) *Battements fondus* в малых и больших позах носком в пол и на 45°.

5) *Battement soutenus* в малых и больших позах носком в пол и на 45°.

6) *Battements relevés lents et battements développés en face*.

7) Позы малые и большие *croisée et effacée*: I, II, III *arabesques* носком в пол. Поза *écartée* по усмотрению педагога.

8) *Grands battements jetés pointés* по I, V позиции.

9) 3-е *port de bras*

10) Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног и на полупальцах).

11) Вращение на двух ногах в V позиции на полупальцах и на месте с поворотом головы в зеркало.

3.3. Allegro

1) *Tempslevesaute* по V позиции с продвижением вперед, назад, в сторону.

2) *Petitgrandchangementdepied* с продвижением вперед, назад, в сторону и *entournaus* на 1/8, 1/4, позже на 1/2 оборота.

3) *Grandpas échappé* в IV позиции.

4) *Pas échappé* во II и в IV позиции с окончанием на одну ногу, другая в положении *surlecou-de-pied* вперед и назад.

5) *Pas assemblécroisée et efface*.

6) *Paschassee* в позах вперед, назад.

7) *Petitpasechappe* на II и на IV позиции.

8) *Petit pas jetes en face*.

9) *Grand changement de pied*.

10) *Grandpas échappé* на II позиции.

11) *Pas coupe*.

3.4. Эжзерсис на пальцах

1) *Pas échappé* по II позиции.

4. Специальная танцевально-художественная работа

Постановочная и репетиционная работа — это работа над текущим репертуаром, сложная и кропотливая, ведущаяся на каждом занятии, которая строится строго по плану педагога-хореографа.

5. Основы знаний по анатомии человека

Строение скелета человека. Суставы. Движение в суставах, искривление позвоночника, плоскостопие, их предупреждение.

6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Участие в различных воспитательных мероприятиях, беседы, экскурсии, посещения концертов и т.п.

7. Концертная деятельность

Показательные выступления, отчётный концерт, участие в сборных концертах и мероприятиях.

8. Итоговое занятие

Контрольные срезы ЗУН, промежуточный и итоговый, отчётный концерты.

Четвертый год обучения

Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание и вид работ	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Организационная работа	2	2	–
2	Учебно-тренировочная работа	42	14	28
	<i>2.1. Танцевальная импровизация</i>	<i>16</i>	<i>6</i>	<i>10</i>
	<i>2.2. Силовые упражнения и акробатические элементы</i>	<i>26</i>	<i>8</i>	<i>18</i>
3	Элементы классического танца	102	30	72
	<i>3.1. Экзерсис у станка</i>	<i>40</i>	<i>12</i>	<i>28</i>
	<i>3.2. Экзерсис на середине зала</i>	<i>36</i>	<i>12</i>	<i>24</i>
	<i>3.3. Allegro</i>	<i>16</i>	<i>4</i>	<i>12</i>
	<i>3.4. Упражнения на пальцах</i>	<i>10</i>	<i>2</i>	<i>8</i>
4	Специальная танцевально-художественная работа	118	30	88
	<i>4.1. Постановочная работа</i>	<i>40</i>	<i>12</i>	<i>28</i>
	<i>4.2. Репетиционная работа</i>	<i>78</i>	<i>18</i>	<i>60</i>
5	Основы знаний по анатомии человека: опорно-двигательная система	2	2	–
6	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	2	6
7	Концертная деятельность	12	–	12
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого	288	81	207

Содержание программы

1. Организационная работа

Повторение правил поведения учащихся на занятиях, инструктаж по технике безопасности.

2. Учебно-тренировочная работа

2.1. Танцевальная импровизация

Цели и задачи в данном разделе занятия остаются прежними. Задания становятся более сложными.

2.2. Силовые упражнения, акробатические элементы

- 1) Упражнения для укрепления мышц пресса.
- 2) Колесо.
- 3) Фляк (для мальчиков).
- 4) Перекидное в парах и сольно.

В этот раздел педагог может внести свои движения и комбинации, которые он использует в авторских постановках.

3. Элементы классического танца

3.1. Экзерсис у станка

1) *Demi-rond de jambe* на 45° *en dehors et en dedans* на полупальцах, на *demi-plié*

2) *Battements fondus*:

- с *plié-relevé et demi-rond* на 45° *en face*;
- с *pliè-relevé et rond de jambe*.

3) *Pas tombé* на месте с полуповоротом *en dehors et en dedans*, рабочая нога в положении *sur de cou-de-pied*.

4) *Battements relevés lents et battements développés* во всех позах на полупальцах по усмотрению педагога.

5) *Demi-rond de jambe et grand rond de jambe développé* на всей стопе, *en dehors et en dedans*.

6) 3-е *portdebras* с ногой, вытянутой на носок назад (с растяжкой), с переходом с опорной ноги.

7) *Grands battements jetés* в позах.

8) Полуповороты на одной ноге *endehorsetendedans*:

– работающая нога в позиции *surlecou-de-pied*;

– с подменной ноги.

9) *Préparation* к *tours sur le cou-de-pied en dehors et en dedans*.

10) *Tour* из V позиции *en dehors et en dedans*.

3.2. Экзерсис на середине зала

1) *Demi-rond de jambena 45° en dehors et en dedans en face, en tournant* на $\frac{1}{4}$ на всей стопе.

2) *Battements fondus с plié-relevé demi-rond de jambena 45°*.

3) *Pastombée* с продвижением, работающая нога в положении *surlecou-de-pied*, носком в пол на 45° .

4) 3-е *port de bras*:

– с ногой, вытянутой на носок вперед или назад на *demi-plié*;

– (с растяжкой) без перехода и с переходом с опорной ноги.

5) *Pas de bourréeballotté* на *effacée et croisée*.

6) *Pas de bourrée simple et tournant en dehors et en dedans*.

7) *Préparation* к *tours en dehors et en dedans* из I, II, IV позиции.

8) *Tours en dehors et en dedans* из I, II, IV позиции (I оборот).

9) *Pasglissadeentournant* по $\frac{1}{2}$ и целому обороту (первоначально прямой).

10) 5-е и 6-е *port de bras*.

11) *Battements relevéslents et battements développés* на 90° в позах: *croisée, effacée, écartée* вперед, назад:

– I, II, III *arabesques*

12) *Grands battements jetés et grands battements jetés pointes* в больших позах IV *arabesque*.

13) 4-е *port de bras*.

14) IV *arabesque* носком в пол.

15) *Préparation tour* из V позиции *en dehors et en dedans*.

16) *Préparation tour* из II позиции *en dehors et en dedans*.

17) *Pasjetésfondus* с продвижением вперед и назад.

18) *Temps lié* с перегибом корпуса.

19) *Pasdebourrée* без перемены ног.

3.3. Allegro

1) *Pas échappé* на II и IV позиции и *entournant* по $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ оборота.

2) *Assemblé*.

3) *Pas de chat*.

4) *Temps relevé* с ногой в положении *sur le cou-de-pied*.

5) *Sissonné tombée* и в позах вперед и назад.

6) *Temps liésante*.

7) *Pasballonné* во всех направлениях и позах, на месте и с продвижением.

8) *Pas échappébattu*.

9) *Petitpasjetés* с окончанием в маленькие позы.

10) *Pasglissade* в маленьких позах вперед, назад и в сторону.

11) *Sissonnefermée* во всех направлениях и позах.

12) *Sissonneouverte en face, sissonneouverte par développé*.

13) *Pasdebasque* вперед и назад.

14) *Pasdechat* с согнутыми ногами.

3.4. Экзерсис на пальцах

1) *Pas échappé* из II, IV позиции.

2) *Pas de bourréeballottéнаcroisée et efface*.

3) *Sissonneouvertépasdéveloppé* на 45° во всех направлениях и позах (по усмотрению педагога).

4) *Pas assemble soutenuen tournant en dehors et en dedans* $\frac{1}{2}$ оборота.

5) *Préparation* к *tour* из V позиции.

6) *Tour* из V позиции *endehorsetdedans* (по усмотрению педагога).

7) *Pasdeboureesuivienface* в маленьких и больших позах с продвижением в сторону, вперед, *entournant* на месте.

4. Специальная танцевально-художественная работа

Постановочная и репетиционная работа — это работа над текущим репертуаром, сложная и кропотливая, ведущаяся на каждом занятии, которая строится строго по плану педагога-хореографа.

5. Основы знаний по анатомии человека

Строение скелета человека. Суставы. Движение в суставах, искривление позвоночника, плоскостопие, их предупреждение.

6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Участие в различных воспитательных мероприятиях, беседы, экскурсии, посещения концертов и т.п.

7. Концертная деятельность

Показательные выступления, отчётный концерт, участие в сборных концертах и мероприятиях.

8. Итоговое занятие

Контрольные срезы ЗУН, промежуточный и итоговый, отчётный концерты.

Пятый год обучения

Учебно-тематический план

№ п/п	Содержание и вид работ	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
1	Организационная работа	2	2	-
2	Учебно-тренировочная работа	38	10	28
	<i>2.1. Танцевальная импровизация</i>	<i>14</i>	<i>4</i>	<i>10</i>
	<i>2.2. Силовые упражнения и акробатические элементы</i>	<i>24</i>	<i>6</i>	<i>18</i>
3	Элементы классического танца	98	30	68
	<i>3.1. Экзерсис у станка</i>	<i>42</i>	<i>14</i>	<i>28</i>
	<i>3.2. Экзерсис на середине зала</i>	<i>26</i>	<i>8</i>	<i>18</i>
	<i>3.3. Allegro</i>	<i>16</i>	<i>4</i>	<i>12</i>
	<i>3.4. Упражнения на пальцах</i>	<i>14</i>	<i>4</i>	<i>10</i>
4	Специальная танцевально-художественная работа	122	38	84
	<i>4.1. Постановочная работа</i>	<i>42</i>	<i>14</i>	<i>28</i>
	<i>4.2. Репетиционная работа</i>	<i>80</i>	<i>24</i>	<i>56</i>
5	Основы знаний по анатомии человека: опорно-двигательная система	2	2	-
6	Мероприятия воспитательно-познавательного характера	10	2	8
7	Концертная деятельность	14	-	14
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого	288	85	203

Содержание программы

1. Организационная работа

Повторение правил поведения учащихся на занятиях, инструктаж по технике безопасности.

2. Учебно-тренировочная работа

2.1. Танцевальная импровизация

Цели и задачи в данном разделе занятия остаются прежними. Задания становятся более сложными.

2.2. Силовые упражнения, акробатические элементы

В этот раздел педагог может внести свои движения и комбинации, соответствующие уровню обучающихся.

3. Элементы классического танца

3.1. Экзерсис у станка

- 1) *Battements tendus, pour batterie.*
- 2) *Battements frappés et double frappes* на полупальцах с окончанием на *demi-plié en face* и в позах.
- 3) *Battements frappés et double battements frappes* с окончанием на *demi-plié.*
- 4) *Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans* на *demi-pliés.*
- 5) *Battements relevés lents et battements développés en face:*
 - на полупальцах.
- 6) *Demi et grand rond de jambe développé* на полупальцах *en face* и из позы в позу.
- 7) *Grands battements jetés développés* (мягкий *battements* на всей стопе).
- 8) *Battements soutenus* на 90° во всех направлениях и позах, на всей стопе и на полупальцах.

9) *Grands battements jetés passe par terre* через I позицию с окончанием на носок вперед или назад и в позы.

10) *Petit temps relevé endehors, endedans* на всей стопе и на полупальцах (*preparation* к пируэту).

3.2. Экзерсис на середине зала

1) *Battements tendus en tournant en dehors et en dedans* по 1/8, 1/4, 1/2.

2) *Battements tendus jetés en tournant* по 1/8, 1/4, 1/2.

3) *Rond de jamb.* на 45° и на *demi-plié*.

4) *Battements soutenus* на 90° *en face* и в позах.

5) *Battements relevés lents* в IV *arabesque*.

6) *Battements développés* в IV-*pliés* и переходом с ноги на ногу, *en face* и в позах.

7) *Demi-rond développés en dehors et en dedans* из позы в позу.

8) *Pas tombé*:

– на месте с полуповоротом *endehors et endedans*, работающая нога в положении *sur le coup-de-pied*;

– из позы в позу 45° и 90° с окончанием на носок и на 90°.

9) *Grands battements jetés développés en face* и в позах.

10) *Pas glissade en tournant* по целому обороту по диагонали.

11) *Battements frappés et double frappés* на *demi-pliés*

3.3. Allegro

1) *Pas jeté* с продвижением.

2) *Pas ballonnée* в позах.

3) *Pas emboité* вперед и назад, *sur le cou-de-pied* и на 45°.

4) *Pas assemble* с продвижением с приемов: *pas glissade*, шаг – *coupé*.

3.4. Экзерсис на пальцах

1) *Pas échappé en tournant* по II и по IV позиции на 1/4 оборота.

2) *Pas jeté* в позах на 45° с окончанием в *demi-plié*.

3) *Relevés*.

4) *Pas assemblé*.

4. Специальная танцевально-художественная работа

Постановочная и репетиционная работа — это работа над текущим репертуаром, сложная и кропотливая, ведущаяся на каждом занятии, которая строится строго по плану педагога-хореографа.

5. Основы знаний по анатомии человека

Строение скелета человека. Суставы. Движение в суставах, искривление позвоночника, плоскостопие, их предупреждение.

6. Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Участие в различных воспитательных мероприятиях, беседы, экскурсии, посещения концертов и т.п.

7. Концертная деятельность

Показательные выступления, отчётный концерт, участие в сборных концертах и мероприятиях.

8. Итоговое занятие

Контрольные срезы ЗУН, промежуточный и итоговый, отчётный концерты.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Занятие, как правило, должно состоять из подготовительной, основной и заключительной частей и включать соответствующие разделы по мере их освоения (экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, *allegro*, *adagio*, экзерсис на пальцах).

Экзерсис у станка выполняется в начале занятия и одной из основных его задач является разогрев мышц, суставов, связок. Упражнения классического экзерсиса изучаются постепенно. Сначала – в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности ног и т.д., затем – с ускорением темпа.

Новые упражнения изучаются в «чистом виде», затем комбинируются в различных сочетаниях с другими. Все упражнения выполняются поочередно с правой и левой ноги.

На начальных этапах обучения экзерсису у станка отводится большая часть времени урока, впоследствии время для исполнения экзерсиса у станка сокращается за счёт ускорения темпов исполнения и соединения отдельных движений в комбинации движений.

Одной из основных задач экзерсиса на середине зала является овладение устойчивостью, для чего необходимо правильное распределение центра тяжести корпуса на двух или на одной ноге.

На начальных этапах обучения экзерсис на середине зала используется не в полном объёме. Исполнение упражнений переносится на середину зала по мере их усвоения у станка, поэтому желательно, чтобы они исполнялись в «чистом виде» или в простейших сочетаниях (не более 2-х движений).

По мере освоения новых элементов у станка увеличивается объём материала на середине зала. Вводится *epaulement* и часть движений выполняется в различных положениях *epaulement*.

На более поздних этапах обучения количество упражнений на середине зала сокращается за счёт соединения движений в комбинации.

Особый раздел урока классического танца – *allegro*. Его главная задача – овладение техникой прыжка без дополнительных усилий. Изучение *allegro* следует начинать после того, как освоена постановка корпуса и выработана определённая сила и выворотность ног в *demi-plié*. Прыжки начинают изучать лицом к станку, затем переносят на середину зала.

Экзерсис на пальцах (факультативно) следует начинать не ранее, чем учащиеся овладеют правильной постановкой корпуса, рук, ног, головы, а главное, приобретут силу стопы, натянутость и выворотность ног.

Упражнения начинают проучивать лицом к станку, впоследствии переносят их на середину зала.

Главная задача – освоение постановки стопы на пальцах. В этой работе не следует спешить, т.к. в противном случае это может привести к травмам и некачественному исполнению движений.

Таким образом, полный урок постепенно развёртывается в своём объёме по мере освоения материала. В начале обучения учащиеся делают только экзерсис у станка и на середине зала, соответственно программе. Усложнение в урок вносит изучение поз, на основе которых строятся элементарные *adagio*, направленные на приобретение устойчивости. Постепенно все упражнения экзерсиса у станка переносятся на середину зала и исполняются в *erapelement*. Новые упражнения в программе каждого года обучения сначала изучаются «в чистом виде», затем комбинируются в различных сочетаниях с другими упражнениями.

Последовательность упражнений в экзерсисах обязательна, главным образом, в младших классах, в дальнейшем она может корректироваться.

Значительную роль в художественном воспитании учащихся играет этюдная работа, которая осуществляется на основе пройденного материала. Небольшие танцевальные комбинации, простейшие классические образцы развивают выразительность и танцевальность.

При проведении занятия необходимо руководствоваться следующими принципами:

- постепенно увеличивать нагрузку: от простых упражнений к более сложным;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным с последующим ускорением;
- следить за свободным дыханием и самочувствием учащихся.

Главное внимание в первые годы обучения следует уделять правильной постановке корпуса, рук, ног, головы, как основе равновесия и апломба; овладению первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела в пространстве и времени; развитию физических профессиональных данных учащихся.

Все упражнения в первый год обучения начинают изучать стоя лицом к станку, держась за него двумя руками. Затем постепенно переходят к исполнению тех же упражнений, держась одной рукой за станок.

Для правильного усвоения выворотности ног ряд упражнений сначала изучается в сторону, позднее вперёд и назад.

Все упражнения исполняются поочередно с правой, затем с первой ноги.

Необходимо разъяснять учащимся понятия «опорной» и «работающей» ноги.

Основными задачами третьего–четвертого годов обучения являются:

- развитие устойчивости и силы ног;
- развитие силы стоп посредством исполнения движений на полупальцах и пуантах;
- развитие координации движений,
- развитие подвижности корпуса посредством исполнения упражнений в *epaulement* (сначала на середине зала);
- развитие эластичности мышц и связок;
- развитие выразительности исполнения посредством исполнения простейших танцевальных комбинаций.

На этом этапе обучения учащиеся совершенствуют основные технические приёмы исполнения движений, опираясь на знания и умения, полученные в младших классах.

На пятом году обучения закрепляется освоение хореографической азбуки, фундамента, на котором развиваются движения классического танца. На этом этапе обучения главное внимание следует уделять правильности и чистоте исполнения упражнений, элементам художественной окраски движений, развитию выносливости и устойчивости. В этот период обучения возрастает физическая нагрузка, ускоряются темпы исполнения движений. Линия урока становится более непрерывной.

Основные методы работы педагога-хореографа - показ движений и словесное объяснение. Они являются главными проводниками требований преподавателя к учащимся. Изменяются функции *показа и объяснения* на разных этапах обучения.

На начальном этапе обучения показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий,

необходимых на начальном этапе обучения (французская терминология, правила исполнения).

На следующем этапе обучения показ приобретает иной характер. Он становится более обобщённым, акцентирующим наиболее важные моменты обучения, особенно мышечную работу тела.

Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения. На этом этапе слово несёт самую большую нагрузку.

На конечном этапе обучения показ и объяснение занимают меньше времени по сравнению с предыдущими этапами. Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач выпускных классов.

Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение – связаны с одним из центральных моментов обучения: *активизацией мышления и развитие творческого начала* в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

При составлении плана занятия предполагается детальная разработка каждой его части, где следует:

- определить новый материал для изучения, ввести его в различные комбинированные задания;

- наметить примеры (составить комбинации) для совершенствования накопленных знаний;

- определить музыкальный материал для каждой части занятия (размер и характер музыкального сопровождения как к новым движениям, так и к закреплению пройденного материала).

При проведении занятия целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей; сохранять динамичность темпа занятия, живость подачи материала, деловую атмосферу.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык французские термины, принятые в классическом танце;
- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;
- обращать внимание учащихся на особенность упражнения, определяющего его сходство или различия с другими;
- равномерно распределять физическую нагрузку в течение всего занятия, соотносить статические и динамические нагрузки;
- чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль за работой мышц;
- соотносить темпы выполнения отдельных заданий;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

Библиографический список

1. **Базарова Н.** Классический танец. – Л.: Искусство, 1975.
2. **Базарова Н., Мей В.** Азбука классического танца. – Л., М.: Искусство, 1964.
3. **Ваганова А.** Основы классического танца. –Л., М.: Искусство, 1963.
4. **Костровицкая В.** Классический танец. Слитные движения /Под ред. Вагановой А. – М.: Сов. Россия, 1961.
5. **Костровицкая В.** 100 уроков классического танца. Л.: Искусство, 1975.
6. **Костровицкая В., Писарев А.** Школа классического танца. М.: Искусство, 1976.

Составитель программы:

Светлана Анатольевна Чебан, педагог дополн. образования, рук. кружка «Классический танец» МОУ ДО «Центр детско-юношеского творчества» г. Рыбницы, первая квалиф. категория.