

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ  
**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
(колледж) города Москвы "Московское хореографическое училище при  
Московском государственном академическом театре танца "Гжель"  
(ГБПОУ колледж г. Москвы "МХУ при МГАТТ "Гжель")**

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом Государственного  
бюджетного профессионального  
образовательного учреждения  
(колледжа) города Москвы  
"Московское хореографическое  
училище при Московском  
государственном академическом  
театре танца "Гжель"  
от 30 августа 2023 г. № 79

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
УПО.10.02. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ  
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 52.02.01 ИСКУССТВО БАЛЕТА**

**Москва  
2023**

**ОДОБРЕНА**  
**Предметно-цикловой комиссией**  
**классического танца**  
**Протокол № 1**  
**от «30» августа 2023 г.**

**Разработана на основе**  
**ФГОС СПО по**  
**специальности**  
**52.02.01 Искусство балета**  
**углубленной подготовки**

**Председатель ПЦК**

\_\_\_\_\_ подпись /**О.И. Шаройко/**  
*(подпись, ФИО)*

**Составители:**

**Шаройко О.И., заслуженный работник культуры РФ,**  
**лауреат Премии Правительства РФ, Почетный работник высшего**  
**образования РФ, преподаватель классического танца**  
**ГБПОУ колледжа г. Москвы "МХУ при МГАТТ "Гжель";**  
**Борзов А.А., заслуженный артист РФ, преподаватель классического танца**  
**ГБПОУ колледжа г. Москвы "МХУ при МГАТТ "Гжель";**  
**Цалагова Н.В. – заместитель директора по УМР**  
**ГБПОУ колледжа г. Москвы "МХУ при МГАТТ "Гжель";**  
**Шарипова Е.В. – методист ГБПОУ колледжа г. Москвы**  
**"МХУ при МГАТТ "Гжель"**

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УПО.10.02. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

Рабочая программа учебной дисциплины УПО.10.02.Классический танец является частью образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 Искусство балета, квалификации «Артист балета, преподаватель».

Данная программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 52.02.01 Искусство балета, утвержденным Приказом Минобрнауки РФ от 30.01.2015 № 35 (с изменениями и дополнениями от 05.03.2021 в редакции от 01.09.2021), Приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. N 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (с изменениями и дополнениями от 18.07.2022 г.), Письмом Минобрнауки РФ от 28.10.2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов», Письмом Минобрнауки РФ от 03.03.2016 г. № 08-334 «Об оптимизации требований к структуре рабочей программы учебных предметов», ИОП в ОИ ГБПОУ колледжа г. Москвы «МХУ при МГАТТ «Гжель», «Положением о рабочей программе учебной дисциплины, междисциплинарного курса и профессионального модуля» ГБПОУ колледжа г. Москвы «МХУ при МГАТТ «Гжель».

Дисциплина УПО.10.01. Гимнастика относится к предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и направлена на формирование следующих общей и профессиональной компетенций:

ОК10.Использование в профессиональной деятельности личностных, метапредметных, предметных результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

ПК1.6.Сохранять и поддерживать внешнюю физическую и профессиональную форму.

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

- физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учётом 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 52.02.01 Искусство балета;

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

В результате освоения дисциплины УПО.10.02. Классический танец обучающиеся должны:

знать:

- рисунок танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;
- балетную терминологию;
- элементы и основные комбинации классического танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

- средства создания образа в хореографии;

- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;

- основные методы репетиционной работы, основные этапы развития балетного исполнительства;

уметь:

- создавать художественный сценический образ в хореографических произведениях классического наследия, отображать и воплощать музыкально-хореографическое произведение в движении, хореографическом тексте, жесте, пластике, ритме, динамике с учетом жанровых и стилистических особенностей произведения;

- исполнять элементы и основные комбинации классического танца;

- передавать стилевые и жанровые особенности исполняемых хореографических произведений;

- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;

- адаптироваться к условиям работы в конкретном хореографическом коллективе, на конкретной сценической площадке;

- видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;

- понимать и исполнять указания хореографа, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции.

В рамках общеобразовательного учебного цикла, реализующего ФГОС ООО, дисциплина УПО.10.02. Классический танец изучается с 1-го по 5-й балетный класс хореографического училища (первый балетный класс соответствует 5-му общеобразовательному классу).

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. Пояснительная записка**
- 2. Общая характеристика учебного предмета**
- 3. Описание места учебного предмета в учебном плане**
- 4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**
- 5. Содержание учебного предмета**
- 6. Тематическое планирование**
- 7. Планируемые результаты изучения учебного предмета**
- 8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебной дисциплины УПО.10.02.Классический танец является частью образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 Искусство балета, квалификации «Артист балета, преподаватель».

Данная программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 52.02.01 Искусство балета, утвержденным Приказом Минобрнауки РФ от 30.01.2015 № 35 (с изменениями и дополнениями от 05.03.2021 в редакции от 01.09.2021), ФГОС ООО, утвержденного Приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 г. № 287, Письмом Минобрнауки РФ от 28.10.2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов», Письмом Минобрнауки РФ от 03.03.2016 г. № 08-334 «Об оптимизации требований к структуре рабочей программы учебных предметов», ИОП в ОИ ГБПОУ колледжа г. Москвы «МХУ при МГАТТ «Гжель», «Положением о рабочей программе учебной дисциплины, междисциплинарного курса и профессионального модуля» ГБПОУ колледжа г. Москвы «МХУ при МГАТТ «Гжель».

Дисциплина УПО.10.01. Гимнастика относится к предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и направлена на формирование следующих общих и профессиональной компетенций:

ОК10.Использование в профессиональной деятельности личностных, метапредметных, предметных результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

ПК1.6.Сохранять и поддерживать внешнюю физическую и профессиональную форму.

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

- физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учётом 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 52.02.01 Искусство балета;

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

## 2. Общая характеристика учебного предмета

Дисциплина УПО.10.02. Классический танец является одной из учебных дисциплин, изучаемых по специальности 52.02.01 Искусство балета. Рабочая программа дисциплины предусматривает раздельное обучение учащихся каждого пола на весь период обучения.

**Цель** дисциплины «Классический танец» - подготовка высококвалифицированных артистов балета, сочетающих профессиональное мастерство с умением создавать психологически сложные сценические образы.

**Задачами** курса являются:

- развитие двигательных навыков, координации, выразительности и музыкального исполнения;
- освоение элементов экзерсиса, adagio, allegro, «пальцевой техники» и вращений;
- развитие артистизма и исполнительской индивидуальности;
- развитие профессиональных данных обучающихся.

В результате освоения дисциплины УПО.10.02. Классический танец обучающиеся должны:

знать:

- рисунок танца, особенности взаимодействия с партнерами на сцене;
- балетную терминологию;
- элементы и основные комбинации классического танца;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- средства создания образа в хореографии;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- основные методы репетиционной работы, основные этапы развития балетного исполнительства;

уметь:

- создавать художественный сценический образ в хореографических произведениях классического наследия, отображать и воплощать музыкально-хореографическое произведение в движении, хореографическом тексте, жесте, пластике, ритме, динамике с учетом жанровых и стилистических особенностей произведения;
- исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- передавать стилевые и жанровые особенности исполняемых

хореографических произведений;

- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- адаптироваться к условиям работы в конкретном хореографическом коллективе, на конкретной сценической площадке;
- видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;
- понимать и исполнять указания хореографа, творчески работать над хореографическим произведением на репетиции.

Дисциплина УПО.10.02. Классический танец неразрывно связана с профильными дисциплинами и способствует формированию установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

На основании приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ", в случае необходимости, может быть реализовано дистанционное обучение с применением дистанционных образовательных технологий (далее-ДОТ).

Основными элементами ДОТ являются: образовательные онлайн-платформы; цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; skype – общение; online-уроки в Zoom; e-mail; облачные сервисы; электронные носители мультимедийных приложений к учебникам; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

В обучении с применением ДОТ используются следующие организационные формы учебной деятельности:

- урок;
- лекция;
- консультация;
- семинар;
- практическое занятие;
- контрольная работа;
- тест;
- творческая работа.

Сопровождение дистанционного обучения может осуществляться в следующих режимах:

- тестирование on-line;
- консультации on-line;
- предоставление методических материалов;
- сопровождение off-line (проверка тестов, контрольных работ, различные виды текущего контроля и промежуточной аттестации).

### 3. Описание места учебного предмета в учебном плане

В рамках общеобразовательного учебного цикла, реализующего ФГОС ООО, дисциплина УПО.10.02. Классический танец изучается в течение пяти лет: с 1-го по 5-й балетный класс (1-й класс соответствует 5-му общеобразовательному классу). Форма организации занятий – мелкогрупповая.

В том числе:

- максимальная учебная нагрузка обучающегося – 170 часов.

### 4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

**Предметные результаты** изучения дисциплины УПО.10.02. Классический танец отражают:

- исполнение элементов и основных комбинаций классического танца;
- исполнение хореографических партий в спектаклях и танцевальных композициях, входящих в программу профессиональной практики хореографического училища;
- передачу стилевых и жанровых особенностей исполняемых хореографических произведений;
- понимание правил оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- развитие физических качеств обучающихся.

**Метапредметные результаты** изучения дисциплины УПО.10.02. Классический танец отражают:

- бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- овладение культурой речи, ведения диалога в доброжелательной форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения.

**Личностные результаты** изучения дисциплины УПО.10.02. Классический танец отражают:

- формирование качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- развитие физических качеств;
- овладение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем;
- обобщение, анализ и применение полученные знания в самостоятельных

занятиях по классическому танцу.

## **5. Содержание учебного предмета**

### **1 класс (девочки)**

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

I-е и III-е port de bras.

Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.

Battements soutenus в пол на 45°, на всей стопе на полупальцах.

Battements doubles frappés в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30° на всей стопе.

Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.

Battements développés вперед, в сторону, назад.

Grands battements jetés с I и V позиций вперед, в сторону, назад.

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

Demi-detourne в V позиции к станку и от станка, начиная с вытянутых ног и с demi-plié и полный поворот.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Grand pliés в I, II позициях en face, в V позиции en face и epaulement.

I-е, II-е, III-е port de bras.

Battements tendus jetés с demi-pliés в I и V позиций во всех направлениях.

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

Plie-soutenus во всех направлениях.

Battements fondus носком в пол и на 45° во всех направлениях.

Battements soutenus носком в пол и на 45° во всех направлениях.

Battements doubles frappés носком в пол и на 30° во всех направлениях.

Позы: croisé, effacé, ecarté вперед и назад; I, II и III arabesques.

Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.

Battements développés во всех направлениях.

Pas de bourrée с переменной ног en face и с окончанием в epaulement.

Temps lie par terre.

Полуповорот (demi-detourne) в V позиции.

#### **Раздел 3. ALLEGRO**

Pas échappé во II позицию.

Pas assemblé с открыванием ноги в сторону вперед и назад en face.

Pas balancé.

Sissonne simple.

Pas jeté с открыванием ноги в сторону.

Pas de basque вперед (сценическая форма).

Pas польки.

#### **Раздел 4. Экзерсис на пальцах**

Pas assemblé soutenu en face с открыванием ноги в сторону, вперед и назад.  
Pas de bourré с переменной ног en face и epaulement.  
Pas courru вперед и назад.  
Контрольный урок.

## 2 класс (девочки)

### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Большие и маленькие позы и II arabesque.  
Battements tendus во всех маленьких и больших позах.  
Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45°.  
Battements soutenus на полупальцах.  
Flic вперед и назад на всей стопе.  
Battements relevés lents и battements développés во всех позах, attitude и II arabesque.  
Grands battements jetés в позах.  
Relevés на полупальцы с работающей ногой на 45°.  
Полуповороты на одной ноге.

### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Большие и маленькие позы.  
Battements tendus jetés в позах.  
Rond de jambe par terre на demi-pliés.  
Battements fondus в маленьких позах.  
Battements frappes в маленьких позах  
Petit temps relevé en dehors и en dedans на всей стопе.  
Battements relevés lents и battements développés во всех больших позах.  
Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90°.  
IV и V port de bras.  
Temps lie par terre с перегибом корпуса.  
Preparation к pirouette со II, IV, V позиций.  
Glissade en tournant en dehors и en dedans на ½ поворота.

### **Раздел 3. ALLEGRO**

Grand changement de pieds.  
Grand pas échappé на II и IV позиции.  
Pas échappé на II и IV позиции с окончанием на одну ногу.  
Double pas assemblé.  
Pas jeté face и в позах.  
Pas de chat с броском ног назад и вперед.  
Sissonne fermé en face и в позах.  
Pas de basque вперед и назад.

### **Раздел 4. Экзерсис на пальцах**

Pas échappé по II и IV позиции на одну ногу.

Pas assemble soutenu в позах.  
Pas courru в маленьких и больших позах.  
Temps lie par terre.  
Контрольный урок.

### 3 класс (девочки)

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Battements soutenus на 90° во всех направлениях en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.  
Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на полупальцы и en tournant по 1/2 поворота.  
Demi и grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plié.  
III-е port de bras на plié (с растяжкой) без перехода и с переходом.  
Pirouette с V позиции en dehors и en dedans.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Battements tendus en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и 1/4 круга.  
Battements tendus jetés en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и 1/4 круга.  
Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и 1/4 круга.  
Battements double frappés с окончанием в demi-plié en face и в позы.  
Flic-flac en face на всей стопе и с окончанием на полупальцы.  
Pas tombé с продвижением на sur le cou-de-pied, носком в пол, и на 45°.  
Battements relevés lents и développés в IV arabesque на всей стопе.  
Battements relevés lents и développés en face и в позах (кроме IV arabesque и ecartée) с подъемом на полупальцы на demi-plié.  
Grand rond de jambe développé en dehors и en dedans, en face и из позы в позу на всей стопе.  
Temps lie на 90° с переходом на всю стопу.  
VI-е port de bras.  
Pas de bourré dessus-dessous en face.  
Pas de bourré en tournant ballotté по 1/4 поворота.  
Pas glissade en tournant по диагонали (2-4).  
Поворот fouetté en dehors и en dedans на 1/2 круга en face и из позы в позу на demi-plié.  
Pirouette en dehors и en dedans с V, IV и II позиций, с окончанием в V, IV позиции.

#### **Раздел 3. ALLEGRO**

Pas échappé на II и IV позиции en tournant по 1/4 и 1/2 поворота.  
Pas assemblé с продвижением en face и в позах.  
Pas jeté с продвижением во всех направлениях, на sur le cou-de-pied и на 45°.  
Sissonne tombe во всех направлениях en face и в позах.  
Temps lie sauté.  
Pas ballonné во всех направлениях en face и в позах, на месте и с продвижением.  
Entrechat-quatre.  
Royale.

Pas échappé battu со II позиции.

#### **Раздел 4. Экзерсис на пальцах**

Pas de bourréé ballotte en tournant по  $\frac{1}{4}$  поворота.

Pas glissade en tournant с продвижением в сторону en dehors и en dedans по  $\frac{1}{2}$  и полному повороту.

Pas ballonné во всех направлениях и в маленьких позах (2-4).

Контрольный урок.

#### **4 класс (девочки)**

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Battements doubles frappés с поворотом на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга.

Flic-flac en tournant en dehors.

Battements relevés lents с plié-relevé в позы.

Battements développés ballottes.

Grand rond de jambe développé из позы в позу.

Grands rond de jambe jete en dehors и en dedans.

Grands battements jetes на полупальцах.

Поворот fouetté на  $\frac{1}{4}$  круга на  $45^\circ$  на полупальцах.

Pirouette en dehors и en dedans, с открытой ноги на  $45^\circ$

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Rond de jambe на  $45^\circ$  с plié-relevé в позы.

Battements fondues на  $90^\circ$  в больших позах.

Petits pas jetes en tournant по  $\frac{1}{2}$  поворота в сторону.

Battements relevés lents и développés en face и в позах на полупальцах.

Temps lie на  $90^\circ$  с переходом на полупальцы.

Tour lent en dehors во всех больших позах.

Поворот fouetté на  $\frac{1}{4}$  круга с ногой, поднятой на  $45^\circ$  на полупальцах и с plié-relevé.

Preparation к tours в больших позах с IV и II позиций en dehors.

#### **Раздел 3. Allegro**

Pas échappé battu с усложненной заноской en dehors.

Pas assemblé battu en dehors.

Pas assemblé с продвижением с coupé – шага.

Pas brisé вперед и назад.

Pas jeté с продвижением с ногой, поднятой на  $45^\circ$  с pas coupé.

Grand sissonne ouverte в позу croisé (без продвижения).

Sissonne simple en tournant по  $\frac{1}{2}$  поворота en face.

Pas emboîté en tournant по  $\frac{1}{2}$  поворота с продвижением.

Pas jeté fermé с продвижением вперед.

Temps glisses на demi-plié в позах I, II arabesques.

Раздел 4. Экзерсис на пальцах.

Pas échappé en tournant в II позицию по 1/2 поворота.  
Pas de bourré en tournant с переменной ног.  
Sissonne simple en tournant по 1/2 поворота.  
Pas glissade en tournant по диагонали (6).  
Pas tombé из позы в позу на 45°.  
Контрольный урок.

### **5 класс (девочки)**

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Grand temps relevé en dehors и en dedans (2/4) на полупальцах.  
Grands battements jetés balancoir (вперед и назад) с паузой.  
Поворот fouetté на 1/2 круга с ногой на 90° на полупальцах.  
Tour tire-bouchon en dehors и en dedans на 90° в позы.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Battements fondues en tournant по 1/4 круга в позы.  
Tour lent в позе IV arabesque.  
Tour lent в позе ecartée.  
Grand temps relevé на полупальцах.  
Grands battements jetés с passé на 90° из позы в позу.  
Battements divises en quarts en dehors.  
Pirouettes (2) с II и IV позиций с окончанием в пол.  
Pirouettes (1-2) с temps sauté по V позиции.  
Pirouettes (1-2) с pas echappé со II и IV позиций.  
Pirouettes с ногой sur le sou-de-pied и в позе attitude 45°.  
Pirouettes и tour tire-bouchon с grand plié по I позиции.  
Pirouettes и tour tire-bouchon с grand plie по V позиции.  
Tour fouetté (8-16).  
Tours с IV позиции en dedans a la seconde, I и II arabesques, attitude efface.  
Pirouettes en dehors с degage по диагонали.  
Pirouettes en dedans с coupe – шага по диагонали.

#### **Раздел 3. Allegro**

Double pas assemble battu.  
Pas jeté battu.  
Pas faille вперед.  
Sissonne fondue в позы.  
Sissonne ouverte en tournant на 1/2 и полный поворот с окончанием в сторону на 45°.  
Pas ballonné battu в сторону с продвижением.  
Double rond de jambe en l'air sauté en dehors и en dedans без паузы (8 подряд).  
Grand pas jeté: с pas glissade.  
Grand pas de chat с паузой.

#### **Раздел 4. Экзерсис на пальцах**

Petit pas jete en tournant по ½ поворота с продвижением в сторону.  
Sissonne ouverte на 45° en tournant на ¼ и ½ поворота.  
Повороты fouetté на ¼ круга из позы в позу на 45° и 90°.  
Контрольный урок.

### 1 класс (мальчики)

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Demi-plies в I, II, IV и V позициях.  
Grand plies в I, II, IV и V позициях.  
Battements tendus с I позиции в сторону, вперед, назад.  
Battements tendus в V позиции в сторону, вперед, назад  
Battements tendus с опусканием пятками во II позицию с I и V позиций.  
Battements tendus jetes с I и V позиций в сторону, вперед, назад.  
I-е и III-е port de bras. II port de bras.  
Preparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.  
Plie-soutenus вперед, в сторону, назад по I позиции на всей стопе, по V позиции на всей стопе и с подъемом на полупальцы.  
Battements soutenus в сторону, вперед, назад носком в пол на 45°, на всей стопе и с подъемом на полупальцы.  
Battements frappes в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30° на всей стопе.  
Petits battement sur le cou-de pied на всей стопе.  
Battements doubles frappes в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30° на всей стопе.  
Battements releves lents на 45° и на 90° с I и V позиций в сторону, вперед, назад.  
Battements developpes вперед, в сторону, назад.  
Releves на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног с demi – plies.  
Pas coupe на всю стопу и на полупальцы, другая нога в положении sur le cou-de pied.  
Полуповорот (demi-detourne) в V позиции к станку и от станка.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Grand plies в I, II позициях en face, в V позиции en face и epaulement. I-е, II-е, III-е port de bras.  
I, II, III port de bras.  
Battements tendus с demi-plies в I и V позициях во всех направлениях.  
Battements tendus в позах: croisee, efface, I и III arabesque.  
Battements tendus jetes с demi-plies в I и V позиций во всех направлениях.  
Battements fondus носком в пол и на 45° во всех направлениях.  
Battements soutenus носком в пол и на 45° во всех направлениях.  
Petits battements sur le cou-de-pied.  
Позы: croise, effacee, ecartee вперед и назад; I, II и III arabesques.  
Battements developpes во всех направлениях.  
Grands battements jetes с I и V позиций во всех направлениях.  
Releves на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног с demi – plies.

Temps lie par terre.

### **Раздел 3. ALLEGRO**

Pas assemble с открыванием ноги в сторону, к концу года вперед и назад en face.

Pas jete с открыванием ноги в сторону.

Контрольный урок.

### **2 класс (мальчики)**

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Большие и маленькие позы.

Battements tendus с demi-plies в IV - II позиции без перехода с опорной ноги.

Battements fondus double на всей стопе и на полупальцах.

Battements soutenus на полупальцах en face и в маленьких позах.

Flic вперед и назад на всей стопе и с подъемом на полупальцы.

Petit temps releve en dehors и en dedans на всей стопе с окончанием на полупальцы.

Battements releves lents и battements developpes на всей стопе и с подъемом на полупальцы.

Grands battements jetes pointes en face и в позах.

I-е и III-е port de bras с ногой, вытянутой на носок вперед, назад и в сторону, III-е port de bras с demi-plie на опорной ноге.

Поворот fouette en dehors и en dedans на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга с носком на вытянутой ноге и на demi-plie.

Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans с подменой ноги на всей стопе и полупальцах.

Preparation к pirouette sur le cou-de-pied с V позиции en dehors и en dedans.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Battements tendus в маленьких и больших позах.

Battements tendus jetes в маленьких и больших позах.

Battements tendus jetes riques в позах.

Battements soutenus en face и в маленьких позах носком в пол и на  $45^\circ$  на всей стопе.

Battements frappes в маленьких позах носком в пол и на  $30^\circ$ .

Petit battements sur le cou-de-pied на всей стопе.

Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.

Battements releves lents и battements developpes во всех больших позах, кроме IV arabesque.

Battements releves lents и battements developpes passé en face и при переходе из позы в позу.

Grands battements jetes pointes en face и в позах.

IV и V port de bras.

Temps lie par terre с перегибом корпуса.

Pas de bourree без перемены ног, с продвижением из стороны в сторону носком в пол и на  $45^\circ$ .

Pas de bourree ballote на effacee и croisee носком в пол и на  $45^\circ$ .

Preparation к pirouette en dehors и en dedans со II, V позиций и с окончанием в V и IV позиции.

### **Раздел 3. ALLEGRO**

Temps sauté по IV позиции.

Changement de pieds en tournant на 1/8, 1/4, 1/2 поворота.

Grand pas echappe на II и IV позиции, на croisee и effacee.

Double pas assemble.

Pas balance во всех направлениях и en tournant на 1/4 круга.

Temps leve в позах I и II arabesques.

Контрольный урок.

### **3 класс (мальчики)**

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Rond de jambe на 45° полупальцах, на demi-plie.

Battements fondues с plie-releve и demi-rond de jambe на 45° en face.

Battements fondues на 90° en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.

Battements soutenus на 90° во всех направлениях en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.

Flic-flac en face и en tournant по 1/2 поворота.

Battements releves lents en face и в позах с подъемом на полупальцы.

Battements releves lents и battements developpes en face и в позах на demi-plie.

Battements releves lents и developpes в позах с demi-plie и переходом

Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90° на полупальцах и на demi-plie.

Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная на 45° со всех направлений.

Полуповороты на одной ноге.

Pirouette с V позиции en dehors и en dedans.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Battements tendus en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и 1/4 круга.

Battements fondu с plie-releve demi-rond de jambe на 45° на полупальцах.

Battements fondu на 90° en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.

Battements soutenus на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.

Pas tombee с продвижением, и с окончанием sur le cou-de-pied, носком в пол, и на 45°.

Petit temps releve en dehors и en dedans с окончанием на полупальцы.

Battements releves lents и developpes en face с подъемом на полупальцы и на demi-plie.

Battements releves lents и developpes с demi-plie и переходом en face и в позах.

Grand rond de jambe developpe en face и из позы в позу на всей стопе.

Temps lie на 90° с переходом на всю стопу.

Grands battements jetes passé par terre с окончанием на носок en face.

Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная носком в пол и на 45° со всех направлений.

Поворот fouetten на 1/2 круга en face и из позы в позу с носком на полу и на demi-plie.

Pirouette en dehors и en dedans с V, IV и II позиций, с окончанием в V, IV позиции

Pirouette en dehors и en dedans с V, IV и II позиций, с окончанием в V, IV позиции

### **Раздел 3. ALLEGRO**

Pas echappe на II и IV позиции en tournant по  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  поворота.  
Pas assemble с продвижением en face и в позах, double assemble  
Sissonne tombe во всех направлениях en face и в позах.  
Pas ballonne во всех направлениях en face и в позах, на месте и с продвижением  
Tour en l'air.  
Tour en l'air.  
Контрольный урок.

#### 4 класс (мальчики)

##### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Battements doubles frappes с поворотом на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга.  
Flic-flac en tournant en dehors и en dedans, en face.  
Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с releve и plie-releve на полупальцах.  
Battements releves lents и battements developpes с plie-releve en face и в позах.  
Battements releves lents и battements developpes с plie-releve demi-rond de jambe en face и из позы в позу.  
Demi-rond de jambe и grand rond de jambe developpe из позы в позу.  
Grands rond de jambe jete en dehors и en dedans.  
Grand temps releve (на 4/4).  
Полуповорот en dehors и en dedans из позы в позу через pass на  $45^\circ$  и  $90^\circ$  на полупальцах и с plie-releve.  
Поворот fouette en dehors и en dedans на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга с ногой, поднятой вперед или назад: на  $45^\circ$  на полупальцах и с plie-releve.  
Pirouette en dehors и en dedans, начиная с открытой ноги во всех направлениях на  $45^\circ$ .  
Pirouette en dehors и en dedans с temps releve.

##### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Battements tendus jetes en tournant, en dehors и en dedans по  $\frac{1}{8}$ ,  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$  круга.  
Rond de jambe par terre en tournant, en dehors и en dedans по  $\frac{1}{8}$ ,  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$  круга.  
Demi-rond de jambe developpe en face и из позы в позу на demi-plie и с plie-releve.  
Temps lie на  $90^\circ$  с переходом на полупальцы.  
Tour lent en dehors и en dedans из позы в позу через pass на  $90^\circ$ .  
Tour lent en dehors и en dedans на demi-plie.  
Pas de bourree dessus-dessous en tournant en dehors и en dedans.  
Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на  $90^\circ$  и больших поз.  
Поворот fouette en dehors и en dedans на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга с ногой, поднятой вперед или назад на  $45^\circ$  на полупальцах и с plie-releve.  
Поворот fouette en dehors и en dedans на  $\frac{1}{4}$  и  $\frac{1}{2}$  круга с ногой, поднятой вперед или назад на  $45^\circ$  на полупальцах и с plie-releve.  
Preparation к tours в больших позах en dehors и en dedans с IV и II позиций.  
Flic-flac на всей стопе en face с окончанием на полупальцы en face и в позы на  $45^\circ$   
Pas glissade en tournant по диагонали (8).

### **Раздел 3. ALLEGRO**

Pas assemble с продвижением с приемом pas glissade и coupe – шаг.

Temps leve с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах.

Pas jete с продвижением с ногой, поднятой на 45°, во всех направлениях и позах, с приемом pas glissade, pas coupe, coupe – шаг.

Grand sissonne ouverte во всех позах (без продвижения).

Pas emboite en tournant ½ поворота на месте и с продвижением.

Rond de jambe en l'air sauté с различных приемов.

Pas jete fermee во всех направлениях и позах.

Tours en l'air.

Контрольный урок.

### **5 класс (мальчики)**

#### **Раздел 1. Экзерсис у станка**

Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans double на всей стопе, на полупальцах и с окончанием в demi-plie.

Flic-flac en tournant en dehors и en dedans из позы в позы на 45° и 90°.

Flic-flac en tournant en dehors и en dedans из позы в позы на 45° и 90°.

Половина tour en dehors и en dedans с plie-releve на 45° и 90°.

Поворот fouette на ½ круга с ногой на 90° на полупальцах и с plie-releve.

2 pirouettes en dehors и en dedans с temps releve.

Tour tire-bouchon en dehors и en dedans из положения ноги, открытой на 90°.

Port de bras с ногой, поднятой вперед на 90° на всей стопе и на полупальцах.

#### **Раздел 2. Экзерсис на середине зала**

Battements fondues en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и ¼ круга.

Battements frappes и battements doubles frappes en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и ¼ и ½ круга носком в пол, на 30°, на полупальцах.

Battements battus вперед и назад ераulement.

Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 45°, в V и IV позиции.

Rond de jambe en l'air en tournant en dehors и en dedans по 1/8 и ¼ круга на всей стопе и через releve.

Battements releves lents и developpes в позах IV arabesque и ecartee на полупальцах и с plie-releve.

Grand rond de jambe developpes en en face и из позы в позу на полупальцах, на demi-plie и с plie-releve.

Tour lent из позы в позу.

Battements divises en quarts.

Повороты en dehors и en dedans из позы в позу через passé на 45° и 90° с plie-releve.

Pirouettes en dehors и en dedans с V, II и IV позиций с окончанием в позы носком в пол.

Pirouettes с temps sauté по V позиции и с pas echarpe со II и IV позиций.

Pirouette и tour tire-bouchon en dehors и en dedans и en dedans с grand plie по I и V позициям.

Tour tire-bouchon en dehors и en dedans со всех позиций.

Tour fouette (8-16).

### Раздел 3. ALLEGRO

Double pas assemble battu. Pas jete battu.

Grand sissonne ouverte во всех направлениях и позах с продвижением.

Sissonne ouverte par developpe en tournant en dehors и en dedans на ½ и полный поворот с окончанием в сторону на 45°.

Grand sissonne tombee во всех направлениях и позах.

Grand pas assemble в сторону и вперед с V позиции, coupe – шага, pas glissade, sissonne tombee, developpe - tombee вперед.

Grand pas jete в attitude croisee, I, II, III arabesques, attitude efface, с coupe – шага и pas glissade.

Grand pas de chat.

Pas carbiolle на 45° вперед и назад с приемов: coupe – шаг, pas glissade, sissonne tombee, sissonne ouverte.

Tour en l'air.

Контрольный урок.

## 6. Тематическое планирование

### 1 (5) класс (девочки)

Полу-годие	Содержание программы	Количество часов	Количество лабораторных работ	Количество контрольных работ и зачетов
1	Раздел 1. Экзерсис у станка	10		
2	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	13		
	Раздел 3. ALLEGRO	7		
	Раздел 4. Экзерсис на пальцах	4		1
<b>Итого</b>		<b>34</b>	-	<b>1</b>

### 2(6) класс (девочки)

Полу-годие	Содержание программы	Количество часов	Количество лабораторных работ	Количество контрольных работ и зачетов
1	Раздел 1. Экзерсис у станка	9		
2	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	12		
	Раздел 3. ALLEGRO	8		
	Раздел 4. Экзерсис на пальцах	5		1
<b>Итого</b>		<b>34</b>	-	<b>1</b>

**3(7) класс (девочки)**

Полу-годие	Содержание программы	Количество часов	Количество лабораторных работ	Количество контрольных работ и зачетов
1	Раздел 1. Экзерсис у станка	5		
2	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	16		
	Раздел 3. ALLEGRO	9		
	Раздел 4. Экзерсис на пальцах	4		1
Итого		34	-	1

**4(8) класс (девочки)**

Полу-годие	Содержание программы	Количество часов	Количество лабораторных работ	Количество контрольных работ и зачетов
1	Раздел 1. Экзерсис у станка	10		
2	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	8		
	Раздел 3. ALLEGRO	10		
	Раздел 4. Экзерсис на пальцах	6		1
Итого		34	-	1

**5(9) класс (девочки)**

Полу-годие	Содержание программы	Количество часов	Количество лабораторных работ	Количество контрольных работ и зачетов
1	Раздел 1. Экзерсис у станка	4		
2	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	17		
	Раздел 3. ALLEGRO	9		
	Раздел 4. Экзерсис на пальцах	4		1
Итого		34	-	1

### **1 (5) класс (мальчики)**

<b>Полу-годие</b>	<b>Содержание программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество лабораторных работ</b>	<b>Количество контрольных работ и зачетов</b>
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Экзерсис у станка</b>	<b>18</b>		
<b>2</b>	<b>Раздел 2. Экзерсис на середине зала</b>	<b>13</b>		
	<b>Раздел 3. ALLEGRO</b>	<b>3</b>		<b>1</b>
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>-</b>	<b>1</b>

### **2(6) класс (мальчики)**

<b>Полу-годие</b>	<b>Содержание программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество лабораторных работ</b>	<b>Количество контрольных работ и зачетов</b>
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Экзерсис у станка</b>	<b>12</b>		
	<b>Раздел 2. Экзерсис на середине зала</b>	<b>15</b>		
<b>2</b>	<b>Раздел 3. ALLEGRO</b>	<b>7</b>		<b>1</b>
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>-</b>	<b>1</b>

### **3(7) класс (мальчики)**

<b>Полу-годие</b>	<b>Содержание программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество лабораторных работ</b>	<b>Количество контрольных работ и зачетов</b>
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Экзерсис у станка</b>	<b>12</b>		
	<b>Раздел 2. Экзерсис на середине зала</b>	<b>15</b>		
<b>2</b>	<b>Раздел 3. ALLEGRO</b>	<b>7</b>		<b>1</b>
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>-</b>	<b>1</b>

**4(8) класс (мальчики)**

<b>Полу- годие</b>	<b>Содержание программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество лабораторных работ</b>	<b>Количество контрольных работ и зачетов</b>
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Экзерсис у станка</b>	<b>12</b>		
	<b>Раздел 2. Экзерсис на середине зала</b>	<b>15</b>		
<b>2</b>	<b>Раздел 3. ALLEGRO</b>	<b>7</b>		<b>1</b>
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>-</b>	<b>1</b>

**5(9) класс (мальчики)**

<b>Полу- годие</b>	<b>Содержание программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество лабораторных работ</b>	<b>Количество контрольных работ и зачетов</b>
<b>1</b>	<b>Раздел 1. Экзерсис у станка</b>	<b>8</b>		
	<b>Раздел 2. Экзерсис на середине зала</b>	<b>16</b>		
<b>2</b>	<b>Раздел 3. ALLEGRO</b>	<b>10</b>		<b>1</b>
<b>Итого</b>		<b>34</b>	<b>-</b>	<b>1</b>

## 7. Планируемые результаты изучения учебного предмета

### **Выпускник научится:**

- выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
- соблюдать требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца.

### **Выпускник получит возможность научиться:**

- *выполнять требования к безопасности при выполнении упражнений тренажа классического танца;*
- *оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;*
- *вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств;*
- *расширению двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.*
- *отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью оздоровительной, тренировочной, коррекционной, реактивной и лечебной с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели.*

## **8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Рабочая программы дисциплины «Тренаж классического танца» реализуется при наличии хореографического зала.

Оборудование хореографического зала: зеркала, фортепиано, магнитофон.

### **Перечень учебных изданий, интернет – ресурсов, дополнительной литературы**

#### **Основные источники**

1. Баднин И. Охрана труда и здоровья артистов балета. Учебное пособие – М.: Медицина, 1987.
2. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем – М.: МГАХ, 2004.
3. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа – М.: Лань, 2016.
4. Миловзоров М. Анатомия и физиология человека. Учебник – М.: Медицина, 1976 .
5. Миронова З., Баднин И. Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата у артистов балета – М.: Медицина, 1976.

#### **Дополнительные источники**

1. Бахрушин Ю. История русского балета. Учебное пособие – М.: Советская Россия. Просвещение, 1977.
2. Блок Л. Классический танец. История и современность – М.: Искусство, 1987 .
3. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии - Ижевск: Издательство Удмуртского университета, 1992.
4. Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека - М.: Просвещение, 1983.

#### **Электронные образовательные ресурсы**

1. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии, 2018 // ЭБС "Издательства Лань".
2. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа, 2019// ЭБС "Издательства Лань".
3. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии, 2018//ЭБС "Издательства Лань".

#### **Интернет-источники**

1. <http://www.balletacademy.ru>.
2. <http://www.mariinsky.ru>.
3. <http://www.vaganova.ru>.