

Министерство образования и науки Республики Коми
Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Гимназия искусств при Главе Республики Коми»
имени Ю.А. Спиридонова

ПРИНЯТА
решением педагогического совета
государственного профессионального
общеобразовательного учреждения «Гимназия
искусств при Главе Республики Коми» имени Ю.А.
Спиридонова
от 29.08.2024 г. №1

УТВЕРЖДЕНА
приказом государственного
профессионального общеобразовательного
учреждения «Гимназия искусств при Главе
Республики Коми»
имени Ю.А. Спиридонова
от 29.08.2024 г. №728-од

**Рабочая программа
учебной дисциплины**

УПО.10.02 Классический танец

(наименование дисциплины в соответствии с ФГОС)

для обучающихся 5(1) - 9(5) классов

хореографического отделения

специальности 52.02.01 «Искусство балета»

(код, наименование специальности)

углублённый

(уровень подготовки: базовый, углубленный)

Ковыляева В.Г., Федотова О.П.
(Ф.И.О. разработчика, разработчиков)

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Содержание учебной дисциплины	5
3. Тематическое планирование	16

1. Пояснительная записка

1.1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: развитие и улучшение двигательных навыков и координации, формирование гармонично развитого тела обучающегося. Задачи дисциплины: развитие гибкости, пластичности и выносливости; освоение растяжек (stretching), разминочной и силовой гимнастики; освоение приемов релаксации и разогрева мышц; формирование осанки обучающегося; корректировка физических недостатков строения тела обучающегося; тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной системы обучающегося; развитие мышечно-связочного аппарата и профессиональных данных; развитие психологических качеств личности обучающегося; развитие танцевально- ритмической координации и выразительности.

1.2. Место учебной дисциплины в учебном плане

«Классический танец» является частью основной 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 и относится к предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" общеобразовательного учебного цикла, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.

1.3. Результаты освоения учебной дисциплины

Дисциплина УПО.10.02 «Классический танец» входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности». 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;
- развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности;
- установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

Предметные результаты изучения предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" 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, 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;
- 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; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В результате прохождения дисциплины обучающийся должен:

уметь: методически грамотно исполнять элементы и комбинации базовой технической подготовки;

знать: названия изучаемых элементов тренажа классического танца; структуру и основные части урока по тренажу классического танца; последовательность изучаемых элементов хореографического тренажа; методику их исполнения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими всебя способность:

ОК 01. Выбирать способы и решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать основное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменениях климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими основным видам профессиональной деятельности:

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

1.4. Срок реализации учебного предмета

Курс УПО 10.02 «Классический танец» рассчитан на 5 лет (5-9 класс общеобразовательной школы), изучается по 2 академических спаренных часа в неделю. Объем часов по предмету «Классический танец» составляет 525 часов (350 часов обязательных аудиторных практических занятий и 175 часов самостоятельной работы обучающихся).

Результатом промежуточной аттестации является средний балл по итогам текущей аттестации. Учитывая специфику хореографического искусства, оценке при проведении аттестации по классическому танцу подлежат:

- Телосложение: эстетика тела, особенности строения тела, пропорциональность и гармония телосложения, сценичность внешности, выразительность лица, рост, вес.
- Психологические особенности: уверенность в исполнении, эмоциональная выразительность исполнения в сочетании с пластической, воля, выдержка, собранность, целеустремленность, отношение к делу, перспективность.
- Профессиональные технические навыки владения программными элементами классического танца (пальцевая техника, шаг, прыжок, выворотность, техника рук и т.д.), связки, четкость исполнения, знание и практическая демонстрация основных методических принципов классической школы, апломб, подвижность, мобильность в исполнении.
- Музыкальность исполнения.

Критерии оценки

Оценка «5» - отлично

Отличная внешняя форма. Отличное владение программными элементами классического танца. Грамотное составление и выполнение комплекса упражнений, его целостность и логичность. Уверенность и четкость в исполнении.

Оценка «4» - хорошо

Хорошая внешняя форма. Хорошее владение программными элементами классического танца. Грамотное составление и выполнение комплекса упражнений, допускается 1 существенная ошибка в последовательности элементов, распределении физической нагрузки и т.п. Уверенность и четкость в исполнении.

Оценка «3» - удовлетворительно

Удовлетворительная внешняя форма. Удовлетворительное владение программными элементами классического танца. При составлении и выполнении комплекса упражнений допущены значительные ошибки. Неуверенность в исполнении.

Оценка «2» - исполнение не соответствует оценке «3».

2. Содержание учебной дисциплины

№ п/п раздела, темы	Содержание курса
Первый год обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
<p>Тема 1.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа</p>	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Работа голеностопа сидя на полу, сокращение и вытягивание голеностопа через «волну», попеременная работа стоп, круговые движения en dehors et en dedans (заранее объяснить понятие направлений en dehors et en dedans). 2. «Лягушка» с подъёмом стоп. 3. Releves на п/п лицом к станку: <ol style="list-style-type: none"> а) в VI и I позиции; б) с demi plié. 4. Demi plié. 5. Battements tendus: <ol style="list-style-type: none"> а) с I позиции в сторону, вперед, назад, с demi plié; б) с V позиции в сторону, вперед, назад, с demi plié; в) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиции; г) с demi plié во II позицию без перехода и с переходом с опорной ноги с I и V позиции; д) plié soutenus в сторону, вперед, назад с I и V позиции. 6. Passe par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию). 7. Battements tendus jete: <ol style="list-style-type: none"> а) с I и V позиции в сторону, вперед, назад; б) с demi plié во II позицию без перехода и с переходом с опорной ноги с I и V позиции; в) pour le pied с сокращением стопы в сторону, вперед, назад с I, V позиции. 8. Demi rond par terre en dehors et en dedans. <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
<p>Тема 1.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины</p>	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Одинарные и двойные наклоны корпуса вперед из положения сидя на полу (Р – III позиция в «замке»); 2. Активный подъем корпуса из положения лежа на спине (Р – III позиция); 3. Подъемы корпуса из положения лежа на животе (прогиб под лопатками и в талии); 4. «Корзиночка»; 5. «Сумочка»; 6. «Сумочка» с переходом на бедра и фиксацией «высокой» спины; 7. Перегибы корпуса в сторону, вперед и назад (лицом к станку). 8. Наклон корпуса вперед, назад в боковом положении у станка; 9. I, III port de bras; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>

Тема 1.3 Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава	Выполняют: 1. «лягушка» на животе; 2. Demi rond 90° en dehors et en dedans из положения полусидя с упором на предплечья, работая поочередно правой, левой и двумя ногами вместе.) 3. Demi plié по всем позициям; 4. Demi rond par terre en dehors et en dedans. 5. Grands plie по всем позициям;
	6. Battements retire; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 1.4 Упражнения, направленные на развитие шага	Выполняют: 1. Упражнения стрейч характера; 2. Grand battements jetes во всех направлениях из положения, лежа на полу; 3. Battements releves lents, battements developpes во всех направлениях: а) на всей стопе; б) battements developpes passé. 4. Demi-rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face. 5. Grands battements jetes во всех направлениях; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 1.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	Выполняют: 1. Различные трамплинные прыжки: а) маленькие трамплины; б) большие трамплины; в) с грузами; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Второй год обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся

Тема 2.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Battements tendus с demi plié по I, V позициям. 2. Battements tendus pour le pied: <ol style="list-style-type: none"> а) с опусканием пятки; б) с demi plié по II позиции (без перехода и с переходом); 3. Battements tendus с использованием различных sur le cou-de-pied, retire; 4. Battements tendus soutenus с различных приемов с I, V позиций (через plié, demi rond и т.д.); 5. Battements tendus по I позиции на 1/8 такта; 6. Battements tendus jetés с demi plié по I и V позициям; 7. Battements tendus jetés pour le pied (в чистом виде и через волну); 8. Battements tendus jetés по I позиции на 1/8 такта; 9. Relevés на п/п лицом к станку и в боковом положении: а) по всем позициям; б) с demi plié. <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 2.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Одинарные и двойные наклоны корпуса вперед из положения сидя на полу (Р – III позиция в «замке»); 2. Активный подъем корпуса из положения лежа на спине (Р – III позиция); 3. Подъемы корпуса из положения, лежа на животе (прогиб под лопатками и в талии); 4. «Корзиночка»; 5. «Сумочка»; 6. «Сумочка» с переходом на бедра и фиксацией «высокой» спины;
	<ol style="list-style-type: none"> 7. Перегибы корпуса в сторону, вперед и назад (лицом к станку). 8. Наклон корпуса вперед, назад в боковом положении у станка; 9. I, III, II port de bras; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 2.3 Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Лягушка» на животе; 2. Demi rond 90° en dehors et en dedans из положения полусидя с упором на предплечья, работая поочередно правой, левой и двумя ногами вместе.) 3. Demi plié по всем позициям; 4. Demi rond par terre en dehors et en dedans. 5. Grands plie по всем позициям; 6. Battements retire; 7. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на всей стопе; 8. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на целой стопе; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>

Тема 2.4 Упражнения, направленные на развитие шага	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения стрейч характера; 2. Grand battements jetés во всех направлениях из положения лежа на полу; 3. Battements relevés lents, battements développés во всех направлениях: а) на всей стопе; б) battements développés passé. 4. Demi-rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face. 5. Grands battements jetés во всех направлениях; 6. Классическая растяжка с положением ноги на станке во всех направлениях; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 2.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Различные трамплинные прыжки: а) маленькие трамплины; б) большие трамплины; в) с грузами; 2. Temps sauté по всем позициям; 3. Grand changement de pieds. 4. Grand pas échappé на II и IV позиции; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Третий год обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
Тема 3.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Battements tendus с demi plié по I, V позициям. 2. Battements tendus pour le pied: а) с опусканием пятки; б) с demi plié по II позиции (без перехода и с переходом); 3. Battements tendus с использованием различных sur le cou-de-pied, retire; 4. Battements tendus soutenus с различных приемов с I, V позиций (через plié, demi rond и т.д.);
	<ol style="list-style-type: none"> 5. Battements tendus по I позиции на 1/8 такта; 6. Battements tendus jetés с demi plié по I и V позициям; 7. Battements tendus jetés pour le pied (в чистом виде и через волну); 8. Battements tendus jetés по I позиции на 1/8 такта; 9. Relevés на п/п лицом к станку и в боковом положении: а) по всем позициям; б) с demi plié; 10. Battements tendus pour batterie; 11. Battements fondus: а) с plie-releve; 12. Battements frappés с releve на п/п. 13. Battements doubles frappés с releve на п/п.

	14. Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на п/п и en tournant по ½ поворота; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 3.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Одинарные и двойные наклоны корпуса вперед из положения сидя на полу (Р – III позиция в «замке»); 2. Активный подъем корпуса из положения лежа на спине (Р – III позиция); 3. Подъемы корпуса из положения, лежа на животе (прогиб под лопатками и в талии); 4. «Корзиночка»; 5. «Сумочка»; 6. «Сумочка» с переходом на бедра и фиксацией «высокой» спины; 7. Перегибы корпуса в сторону, вперед и назад (лицом к станку). 8. Наклон корпуса вперед, назад в боковом положении у станка; 9. I, III, II port de bras; 10. IV, V, VI port de bras; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 3.3 Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demi rond 90° en dehors et en dedans из положения полусидя с упором на предплечья, работая поочередно правой, левой и двумя ногами вместе.) 2. Demi plié по всем позициям; 3. Demi rond par terre en dehors et en dedans. 4. Grands plie по всем позициям; 5. Battements retire; 6. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на всей стопе; 7. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на п/п и на demi-plie; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>

Тема 3.4 Упражнения, направленные на развитие шага	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения стрейч характера; 2. Grand battements jetés во всех направлениях из положения лежа на полу; 3. Battements relevés lents, battements développés во всех направлениях: а) на всей стопе; б) battements développés passé.
	<ol style="list-style-type: none"> 4. Demi-rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face. 5. Grands battements jetés во всех направлениях; 6. Классическая растяжка с положением ноги на станке во всех направлениях; 7. Классическая растяжка с использованием жгута; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 3.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Различные трамплинные прыжки: а) маленькие трамплины; б) большие трамплины; в) с грузами; 2. Temps sauté по всем позициям; 3. Grand changement de pieds. 4. Grand pas echarpe на II и IV позиции; 5. Temps sauté с продвижением вперед, в сторону, назад; 6. Changements de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад; 7. Sissonne fermée во всех направлениях en face и в позах; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Четвертый год обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся

<p>Тема 4.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа</p>	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Battements tendus с demi plié по I, V позициям. 2. Battements tendus pour le pied: <ol style="list-style-type: none"> а) с опусканием пятки; б) с demi plié по II позиции (без перехода и с переходом); 3. Battements tendus с использованием различных sur le cou-de-pied, retire; 4. Battements tendus soutenus с различных приемов с I, V позиций (через plié, demi rond и т.д.); 5. Battements tendus по I позиции на 1/8 такта; 6. Battements tendus jetes с demi plié по I и V позициям; 7. Battements tendus jetes pour le pied (в чистом виде и через волну); 8. Battements tendus jetes по I позиции на 1/8 такта; 9. Releves на п/п лицом к станку и в боковом положении: <ol style="list-style-type: none"> а) по всем позициям; б) с demi plié; 10. Battements tendus pour batterie; 11. Battements fondues: <ol style="list-style-type: none"> а) с plie-releve; 12. Battements frappes с releve на п/п. 13. Battements doubles frappes с releve на п/п. 14. Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на п/п и en tournant по ½ поворота, целый поворот; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
<p>Тема 4.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности</p>	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Одинарные и двойные наклоны корпуса вперед из положения сидя на полу (Р – III позиция в «замке»); 2. Активный подъем корпуса из положения лежа на спине (Р – III позиция);
<p>спины</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. Подъемы корпуса из положения, лежа на животе (прогиб под лопатками и в талии); 4. «Корзиночка»; 5. «Сумочка»; 6. «Сумочка» с переходом на бедра и фиксацией «высокой» спины; 7. Перегибы корпуса в сторону, вперед и назад (лицом к станку). 8. Наклон корпуса вперед, назад в боковом положении у станка; 9. I, III, II port de bras; 10. IV, V, VI port de bras; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>

Тема 4.3 Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава	Выполняют: 1. Demi rond 90° en dehors et en dedans из положения полусидя с упором на предплечья, работая поочередно правой, левой и двумя ногами вместе.) 2. Demi plié по всем позициям; 3. Demi rond par terre en dehors et en dedans. 4. Grands plie по всем позициям; 5. Battements retire; 6. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на всей стопе; 7. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на п/п и на demi-plie; 8. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 4.4 Упражнения, направленные на развитие шага	Выполняют: 1. Упражнения стрейч характера; 2. Grand battements jetes во всех направлениях из положения лежа на полу; 3. Battements releves lents, battements developpes во всех направлениях: а) на всей стопе; б) battements developpes passé. 4. Demi-rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face. 5. Grands battements jetes во всех направлениях; 6. Классическая растяжка с положением ноги на станке во всех направлениях; 7. Классическая растяжка с использованием жгута; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 4.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	Выполняют: 1. Различные трамплинные прыжки: а) маленькие трамплины; б) большие трамплины; в) с грузами; 2. Temps sauté по всем позициям; 3. Grand changement de pieds. 4. Grand pas echarpe на II и IV позиции; 5. Temps sauté с продвижением вперед, в сторону, назад; 6. Changements de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад; 7. Sissonne fermee во всех направлениях en face и в позах; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Пятый год обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся

Тема 5.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Battements tendus с demi plié по I, V позициям. 2. Battements tendus pour le pied: <ol style="list-style-type: none"> а) с опусканием пятки; б) с demi plié по II позиции (без перехода и с переходом); 3. Battements tendus с использованием различных sur le cou-de-pied, retire; 4. Battements tendus soutenus с различных приемов с I, V позиций (через plié, demi rond и т.д.); 5. Battements tendus по I позиции на 1/8 такта; 6. Battements tendus jetés с demi plié по I и V позициям; 7. Battements tendus jetés pour le pied (в чистом виде и через волну); 8. Battements tendus jetés по I позиции на 1/8 такта; 9. Relevés на п/п лицом к станку и в боковом положении: <ol style="list-style-type: none"> а) по всем позициям; б) с demi plié; 10. Battements tendus pour batterie; 11. Battements fondus: <ol style="list-style-type: none"> а) с plie-releve; 12. Battements frappés с releve на п/п. 13. Battements doubles frappés с releve на п/п. 14. Flic-flac en face на всей стопе с окончанием на п/п и en tournant по ½ поворота, целый поворот; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 5.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Перегибы корпуса в сторону, вперед и назад (лицом к станку). 2. Наклон корпуса вперед, назад в боковом положении у станка; 3. I, III, II port de bras; 4. IV, V, VI port de bras; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 5.3 Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demi rond 90° en dehors et en dedans из положения полусидя с упором на предплечья, работая поочередно правой, левой и двумя ногами вместе.) 2. Demi plié по всем позициям; 3. Demi rond par terre en dehors et en dedans. 4. Grands plie по всем позициям; 5. Battements retire; 6. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на всей стопе; 7. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на п/п и на demi-plie; 8. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием в demi-plie и с plie-releve; <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 5.4 Упражнения, направленные на	<p>Выполняют:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения стрейч характера;

развитие	
шага	<p>2. Grand battements jetés во всех направлениях из положения лежа на полу;</p> <p>3. Battements relevés lents, battements développés во всех направлениях: а) на всей стопе;</p> <p>б) battements développés passé.</p> <p>4. Demi-rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на всей стопе en face.</p> <p>5. Grands battements jetés во всех направлениях;</p> <p>6. Классическая растяжка с положением ноги на станке во всех направлениях; 7. Классическая растяжка с использованием жгута;</p> <p>Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>
Тема 5.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	<p>Выполняют:</p> <p>1. Различные трамплинные прыжки:</p> <p>а) маленькие трамплины; б) большие трамплины; в) с грузами;</p> <p>2. Temps sauté по всем позициям;</p> <p>3. Grand changement de pieds.</p> <p>4. Grand pas echange на II и IV позиции;</p> <p>5. Temps sauté с продвижением вперед, в сторону, назад;</p> <p>6. Changements de pieds с продвижением вперед, в сторону, назад;</p> <p>7. Sissonne fermée во всех направлениях en face и в позах; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала</p>

3. Тематическое планирование

3.1. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Практические (аудиторные) занятия	Самостоятельная работа
УПО.10.02 «Классический танец»		525	350	175
Первый год обучения (5 класс)		77	70	7
1.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		14	2
1.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		14	1
1.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		14	2
1.4	Упражнения, направленные на развитие шага		14	1
1.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		14	1
Второй год обучения (6 класс)		77	70	7
2.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		14	2
2.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		14	1
2.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		14	1
2.4	Упражнения, направленные на развитие шага		14	2
2.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		14	1
Третий год обучения (7 класс)		77	70	7
3.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		14	2
3.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		14	1
3.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		14	1
3.4	Упражнения, направленные на развитие шага		14	2
3.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		14	1
Четвертый год обучения (8 класс)		77	70	7
4.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		14	2
4.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		14	1

4.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		14	1
4.4	Упражнения, направленные на развитие шага		14	2
4.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		14	1
Пятый год обучения (9 класс)		77	70	7
5.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		14	2

5.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		14	1
5.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		14	1
5.4	Упражнения, направленные на развитие шага		14	2
5.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		14	1

3.2.Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся. Формы и методы работы.

Основной формой учебной работы является урок (практическое занятие).

3.3.Планируемые результаты изучения учебного предмета.

В результате прохождения дисциплины выпускник научится:

- методически грамотно исполнять элементы и комбинации базовой технической подготовки;

- использовать названия изучаемых элементов тренажа классического танца; структуру и основные части урока по тренажу классического танца; последовательность изучаемых элементов хореографического тренажа; методику их исполнения.

В результате освоения дисциплины выпускник научится обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 01. Выбирать способы и решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать основное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменениях климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

В результате освоения дисциплины выпускник научится обладать профессиональными компетенциями, соответствующими основным видам профессиональной деятельности:

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

3.4.Критерии оценивания планируемых результатов.

Телосложение: эстетика тела, особенности строения тела,

пропорциональность и гармония телосложения, сценичность внешности, выразительность лица, рост, вес.

Психологические особенности: уверенность в исполнении, эмоциональная выразительность исполнения в сочетании с пластической, воля, выдержка, собранность, целеустремленность, отношение к делу, перспективность.

Профессиональные технические навыки владения программными элементами классического танца: шаг, прыжок, выворотность, техника рук, связки, четкость исполнения, знание и практическая демонстрация основных методических принципов классической школы, апломб, подвижность, мобильность в исполнении.

Музыкальность исполнения.

Шкала оценки образовательных достижений

«5»	Отличная внешняя форма. Отличное владение программными элементами классического танца. Грамотное составление и выполнение комплекса упражнений, его целостность и логичность. Уверенность и четкость в исполнении.
«4»	Хорошая внешняя форма. Хорошее владение программными элементами классического танца. Грамотное составление и выполнение комплекса упражнений, допускается 1 существенная ошибка в последовательности элементов, распределении физической нагрузки и т.п. Уверенность и четкость в исполнении.
«3»	Удовлетворительная внешняя форма. Удовлетворительное владение программными элементами классического танца. При составлении и выполнении комплекса упражнений допущены значительные ошибки. Неуверенность в исполнении.
«2»	Неудовлетворительная внешняя форма. Неудовлетворительное владение программными элементами классического танца. При составлении и выполнении комплекса упражнений допущено множество грубых ошибок. Неуверенность в исполнении.
«1»	Исполнение не соответствует оценке «2»

3.5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы УПО.10.02 «Классический танец»

- балетный зал площадью не менее 52 кв.м (на 6-8 обучающихся), имеющий пригодные для танца полы со специализированным линолеумным покрытием, балетные станки (палки) длиной 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 9м x 2м на двух стенах;

- фортепиано или электронное пианино.

3.6. Рекомендуемая литература

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. //Первые три года обучения. Л.,М., «Искусство», 1964, переиздано 2010.

2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебники для вузов. //Специальная литература. / Вступительная статья В. Красовской. «Лань» 2-е издание, 2006.
3. Базарова Н. «Классический танец: методика четвертого и пятого года обучения». //Учебник для высших и средних специальных учебных заведений искусств и культуры. «Лань», «Планета музыки», 2009.
4. Базарова Н. Классический танец. – Л., 1984.
5. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л., 1983.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца., М-Л., «Искусство»,1963.,переиздано 2003.
7. Валукин Е. Мужской классический танец. – М.: ГИТИС, 1987.
8. Головкина С. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1989.
9. Звездочкин В. А. Классический танец: учебное пособие. – Ростов-на-Дону, 2003.

10. Каплан С. С. Методика классического танца В. И. Пономарева // Вестник Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой. – СПб.: Изд-во АРБ, 2000.
11. Пестов П. Аллегро в классическом танце. Раздел заносок. – М.: МГХИ, 1994.
12. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать: учебное пособие. – М., 2003.
13. Сафронова Л.Н. «Уроки классического танца», СПб., АРБ., 2003.
14. Серебренников Н. Поддержка в дуэтом танце. – Л., 1985.
15. Тарасов Н. Классический танец. – М., 1981.
16. Шатилов К. Координация и ее значение в процессе обучения классическому танцу // Вестник Академии Русского балета имени А. Я. Вагановой. – СПб.: Изд-во АРБ, – 1999. – № 3.