

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

## «Танцевальная студия»

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН (на весь срок обучения)

| N<br>п/п      | Название раздела, темы               | Количество часов |           |            | Формы аттестации/<br>контроля                 |
|---------------|--------------------------------------|------------------|-----------|------------|-----------------------------------------------|
|               |                                      | Всего            | Теория    | Практика   |                                               |
| 1.            | Вводное занятие                      | 4                | 2         | 2          | Инструктаж по ТБ                              |
| 2.            | Партерный тренаж                     | 58               | 8         | 50         | Наблюдение, практическая работа               |
| 3.            | Экзерсис у станка                    | 100              | 12        | 88         | Наблюдение, практическая работа               |
| 4.            | Экзерсис на середине зала            | 64               | 10        | 54         | Наблюдение, практическая работа               |
| 5.            | Allegro                              | 54               | 6         | 48         | Наблюдение, практическая работа               |
| 6.            | Постановочная и репетиционная работа | 68               | 12        | 56         | Наблюдение, практическая работа               |
| 7.            | Концертная и конкурсная деятельность | 8                | -         | 8          | Практическая работа                           |
| 8.            | Заключительное занятие               | 4                | -         | 4          | Тестирование по теоретическим темам программы |
| <b>ИТОГО:</b> |                                      | <b>360</b>       | <b>50</b> | <b>310</b> |                                               |

### 1. Учебный план первого года обучения

| N<br>п/п | Название раздела, темы | Количество часов |        |          | Формы аттестации/<br>контроля   |
|----------|------------------------|------------------|--------|----------|---------------------------------|
|          |                        | Всего            | Теория | Практика |                                 |
| 1        | Вводное занятие        | 2                | 1      | 1        | Инструктаж по ТБ                |
| 2        | Партерный тренаж       | 20               | 4      | 16       | Наблюдение, практическая работа |

|               |                                      |            |           |            |                                               |
|---------------|--------------------------------------|------------|-----------|------------|-----------------------------------------------|
| 3             | Экзерсис у станка                    | 46         | 6         | 40         | Наблюдение, практическая работа               |
| 4             | Экзерсис на середине зала            | 26         | 4         | 22         | Наблюдение, практическая работа               |
| 5             | Allegro                              | 18         | 2         | 16         | Наблюдение, практическая работа               |
| 6             | Постановочная и репетиционная работа | 26         | 6         | 20         | Промежуточная и итоговая аттестация           |
| 7             | Концертная и конкурсная деятельность | 4          | -         | 4          | Практическая работа                           |
| 8             | Заключительное занятие               | 2          | -         | 2          | Тестирование по теоретическим темам программы |
| <b>ИТОГО:</b> |                                      | <b>144</b> | <b>23</b> | <b>121</b> |                                               |

## 2. Учебный план второго года обучения

| N<br>п/п | Название раздела, темы    | Количество часов |        |          | Формы аттестации/<br>контроля   |
|----------|---------------------------|------------------|--------|----------|---------------------------------|
|          |                           | Всего            | Теория | Практика |                                 |
|          | Вводное занятие           | 2                | 1      | 1        | Инструктаж по ТБ                |
|          | Партерный тренаж          | 38               | 4      | 34       | Наблюдение, практическая работа |
|          | Экзерсис у станка         | 54               | 6      | 48       | Наблюдение, практическая работа |
|          | Экзерсис на середине зала | 38               | 6      | 32       | Наблюдение, практическая работа |
|          | Allegro                   | 36               | 4      | 32       | Наблюдение, практическая работа |

|               |                                      |            |           |            |                                               |
|---------------|--------------------------------------|------------|-----------|------------|-----------------------------------------------|
|               | Постановочная и репетиционная работа | 42         | 6         | 36         | Наблюдение, практическая работа               |
|               | Концертная и конкурсная деятельность | 4          | -         | 4          | Практическая работа                           |
|               | Заключительное занятие               | 2          | -         | 2          | Тестирование по теоретическим темам программы |
| <b>ИТОГО:</b> |                                      | <b>216</b> | <b>27</b> | <b>189</b> |                                               |

### 1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

#### 3. Содержание учебного плана первого года обучения

##### 1. Вводное занятие – 2 ч., теория – 1ч., практика -1ч.

**Теория.** Цели и задачи, повторный инструктаж по ТБ. Рассказ о выдающихся танцовщиках России XIX-XX веков.

**Практика** Повторение движений, изученных ранее.

##### 2. Партерный тренаж – 20 ч., теория – 4 ч., практика -16 ч.

**Теория.** Повторение правил выполнения упражнений, изученных ранее.

Объяснение правил выполнения корригирующих упражнений: на исправление Х, О-образных ног; ассиметрии лопаток

**Практика.** Совершенствование движений, изученных ранее. Выполнение в соответствии с правилами корригирующих упражнений: на исправление Х, О-образных ног; ассиметрии лопаток.

##### 3. Экзерсис у станка – 46 ч., теория – 6 ч., практика -40 ч.

**Теория.** Повторение правил выполнения движений, изученных ранее.

Объяснение правил выполнения упражнений лицом к станку: 4 позиция ног; demi plie по 4 позиции; grand plie с releves по 4; battements tendu с переходом через 4, 2; battements tendu jete pike; rond de jambe par terre en dehors et en dedans рукой за палку; battements frappes с demi rond en dehors et en dedans одной рукой за палку; petit battements лицом к станку; battements fondus носком в пол по точкам лицом к станку; battements releves lents;

- retire лицом к станку; developpes в сторону лицом к станку; developpes вперед, назад лицом к станку; grand battements jete по точкам одной рукой за палку; pas de bourree simple лицом к станку.

**Практика.** Совершенствование движений, изученных ранее. Разучивание и выполнение в соответствии с правилами: 4 позиция ног; demi plie по 4 позиции; grand plie с releves по 4;

battements tendu с переходом через 4, 2; battements tendu jete pike; rond de jambe par terre en dehors et en dedans одной рукой за палку; battements frappes с demi rond en dehors et en dedans

одной рукой за палку; petit battements лицом к станку; battements fondus носком в пол по точкам лицом к станку; battements releves lents; retire лицом к станку; developpes в сторону лицом к станку; developpes вперед, назад лицом к станку; grand battements jete по точкам одной рукой за палку; pas de bourree simple лицом к станку.

**4. Экзерсис на середине зала – 26 ч., теория – 4 ч., практика -22 ч.**

**Теория.** Повторение правил выполнения движений, изученных ранее.

Объяснение правил выполнения упражнений: положения epaulement croisee et efface; положение ног в 5 позиции epaulement croisee, et efface; малой позы epaulement croisee вперед и назад носком в пол; 3, 4 port de bras; battements tendus из 5 позиции в положении epaulement; battements tendu epaulement croisee; battements tendu jetes epaulement croisee; rond de jambe par terre en dehors et en dedans; battements frappes в пол по точкам en fas; battements releves lents epaulement croisee; grand battements jetes epaulement croisee; 1, 2 arabesque носком в пол, на 45°; par balance

**Практика.** Совершенствование движений, изученных ранее. Разучивание и выполнение в соответствии с правилами: положения epaulement croisee et efface; положение ног в 5 позиции epaulement croisee, et efface; малой позы epaulement croisee вперед и назад носком в пол; 3, 4 port de bras; battements tendus из 5 позиции в положении epaulement; battements tendu epaulement croisee; battements tendu jetes epaulement croisee; rond de jambe par terre en dehors et en dedans; battements frappes в пол по точкам en fas; battements releves lents epaulement croisee; grand battements jetes epaulement croisee; 1, 2 arabesque носком в пол, на 45°; par balance.

**5. Allegro – 18 ч., теория – 2 ч., практика -16 ч.**

**Теория.** Объяснение правил выполнения прыжковых упражнений: pas assemble по точкам на середине; pas echappe с 5 на 2 на ¼ круга; pas assemble; pas jete

**Практика.** Разучивание и выполнение в соответствии с правилами: -pas assemble по точкам на середине; pas echappe с 5 на 2 на ¼ круга; pas assemble; pas jete

**6. Постановочная и репетиционная работа – 26 ч., теория – 6ч., практика -20 ч.**

**Теория** Разучивание последовательности и правил выполнения танцевальных комбинаций, используемых в танцах на основе изученного программного материала (см. «Репертуар»)

**Практика** Яркое воплощение музыкального образа при исполнении репертуарных танцев. Импровизация на заданную тему и предложенную музыку

**7. Концертная и конкурсная деятельность – 4 ч., практика -4 ч.**

**Практика** Участие в массовых мероприятиях ЦДТ, в фестивалях и конкурсах различного уровня, отчётный концерт для родителей

**8. Заключительное занятие – 2 ч., практика -2ч.**

**Практика.** Тестирование по теоретическим темам программы

**4. Содержание учебного плана второго года обучения**

**Вводное занятие – 2 ч., теория – 1ч., практика -1ч.**

**Теория.** Цели и задачи, повторный инструктаж по ТБ. История развития балетного искусства за рубежом

**Практика.** Повторение основных движений, изученных ранее.

**Экзерсис у станка – 54 ч., теория – 6 ч., практика -48 ч.**

**Теория.** Повторение правил выполнения движений, изученных ранее.

Объяснение правил выполнения упражнений: grand plie по 1, 2, 4, 5 позициям; battements tendu pur le pied; battements tendu epaulement croisee, efface; battements tendu jetes , epaulement croisee, efface; rond de jambe par terre grand battements jetes passé; battements double frappes носком в пол; petit battements одной рукой за станок; battements fondus на 45° носком в пол по точкам лицом к станку; изучение rond de jambe en l'air en dehors et en dedans лицом к станку; soutenu en dehors et en dedans на 180°; developpes по точкам одной рукой за палку; demi rond на 90°; battements reveles lents c demi rond; en dehors et en dedans на 90°; grand battements jete puante.

**Практика.** Совершенствование движений, изученных ранее. Выполнение и разучивание в соответствии с правилами: grand plie по 1, 2, 4, 5 позициям; battements tendu pur le pied; battements tendu epaulement croisee, efface; battements tendu jetes epaulement croisee, efface; rond de jambe par terre grand battements jetes passé; battements double frappes носком в пол;

- petit battements одной рукой за станок; battements fondus на 45° носком в пол по точкам лицом к станку; rond de jambe en l'air en dehors et en dedans лицом к станку; soutenu en dehors et en dedans на 180°; developpes по точкам одной рукой за палку; demi rond на 90°; - battements reveles lents c demi rond; en dehors et en dedans на 90°; grand battements jete puante.

**Экзерсис на середине зала – 38 ч., теория – 6 ч. практика -32 ч.**

**Теория.** Повторение правил выполнения движений, изученных ранее.

Объяснение правил выполнения: grand plie; battements tendu epaulement croisee, efface; battements tendu jetes epaulement croisee, efface; temps lie par terre en dedans et en dehors; rond de jambe par terre; battements frappes на 45°; battements fondus носком в пол; battements releves lents epaulement croisee, efface; developpes; grand battements jetes epaulement croisee, efface; позы 3 arabesque носком в пол, на 45°; 3, 4, 5, 6 port de bras; подготовка к турам на середине; туры chaines по диагонали в ½ оборота; туры по диагонали с подготовкой и с остановкой; pas de bourree; pas de bourree simple изучение правого вальсового поворота

**Практика.** Совершенствование движений, изученных ранее. Выполнение и разучивание в соответствии с правилами: grand plie; battements tendu epaulement croisee, efface; battements tendu

jetes epaulement croisee, efface; temps lie par terre en dedans et en dehors; rond de jambe par terre; battements frappes на 45°; battements fondus носком в пол; battements releves lents epaulement croisee, efface; developpes; grand battements jetes epaulement croisee, efface; позы 3 arabesque носком в пол, на 45°; 3, 4, 5, 6 port de bras;

- подготовка к турам на середине; туры chaines по диагонали в ½ оборота; туры по диагонали с подготовкой и с остановкой; pas de bourree; pas de bourree simple вальсовые комбинации на основе изученных элементов.

**Allegro – 36 ч. теория – 4 ч., практика -32ч**

**Теория.** Повторение правил выполнения прыжковых упражнений, изученных ранее.

Объяснение правил выполнения прыжковых упражнений: pas echappe из 5 в 4; pas echappe с 5 на 1/2 круга; pas coupe; pas assamble вперед, назад; pas jete вперед, назад; pas glissade; sissons simple

**Практика** Выполнение и разучивание в соответствии с правилами упражнений: grand changement de pieds; pas echappe из 5 в 4; pas echappe с 5 на 1/2 круга; pas coupe; pas assamble вперед, назад; pas jete вперед, назад; pas glissade; sissons simple

**Постановочная и репетиционная работа – 42 ч., теория – 6 ч., практика -38 ч.**

**Теория** Разучивание последовательности и правил выполнения танцевальных комбинаций, используемых в танцах на основе изученного программного материала (см. «Репертуар»).

**Практика** Яркое воплощение музыкального образа при исполнении репертуарных танцев. Импровизация на заданную тему и предложенную музыку с использованием элементов классического танца.

**Концертная и конкурсная деятельность – 4 ч., практика -4 ч.**

**Практика** Участие в массовых мероприятиях ЦДТ, в фестивалях и конкурсах различного уровня, отчётный концерт для родителей

**Заключительное занятие – 2 ч., практика -2ч.**

**Практика.** Тестирование по теоретическим темам программы

## **5. 1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Планируемые результаты первого года обучения**

Обучающиеся 1 года приобретают: знания:

- о выдающихся танцовщиках России XIX-XX веков;

- терминологии классического танца;
- правил исполнения программных движений и упражнений классического танца;

**умения и навыки:**

- исполнения программных упражнений и движений 1года обучения на середине зала и боком к балетному станку в соответствии с правилами;
- самостоятельного выполнения более сложных пространственных перестроений композиций, основанных на изученных движениях классического танца;
- закономерной координации движений рук и головы;
- точной координации движений;
- самоконтроля и взаимоконтроля;
- импровизации на заданную тему и предложенную музыку; сценической культуры.