

Департамент образования и молодежной политики Нефтеюганского района  
Нефтеюганское районное муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»

Утверждена МС  
Протокол № 1 от 04.07.2022г.

Утверждаю:  
И.о. директора НРМБУ ДО  
«Центр развития творчества детей  
и юношества»



Г.Л. Дегтярева  
Приказ № 141-О  
от 06.07.2022 года

## Дополнительная общеразвивающая программа

### «КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ»

Направленность: художественная

Возраст детей 7-14 лет  
срок реализации 1 год

Автор:  
педагог дополнительного  
образования  
У.О. Боредькина

пгт. Пойковский  
2022 год

## Пояснительная записка

Классический танец как учебная дисциплина является основой, фундаментом в обучении хореографии, располагая огромным арсеналом технических приемов и выразительных средств, он в полной мере служит гармоничному развитию ребенка. Система движений классического танца дисциплинирует тело исполнителя, способствует развитию и усовершенствованию факторов, необходимых для занятий хореографией: правильной осанки, выворотности ног, «балетного шага», подъема и эластичности стопы, гибкости тела, прыжка, координаций движений, музыкально-ритмической координации.

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

*Педагогическая целесообразность программы* заключается в формировании творческой личности ребенка, устойчивого интереса к искусству классического танца, культуре и красоте.

*Актуальность* данной программы заключается в том, что классический танец, являясь источником высокой исполнительской культуры, в полной мере способствует разрешению вопросов воспитания, эстетического и физического развития, что особо актуально в современном мире.

*Отличительная особенность программы* в том, что обучение классическому танцу строится с учетом уже имеющихся у детей навыков в области хореографии, что дает возможность для максимального развития природных данных ребенка, возможно, до степени профессиональной пригодности.

**ЦЕЛЬ:** Эстетическое и физическое развитие детей в процессе освоения основ классического танца. Приобщение обучающихся к ценностям искусства классического танца и его традициям.

### **ЗАДАЧИ:**

#### *1. Образовательные:*

- совершенствование музыкально-ритмических навыков;
- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- приобретение свободы движения в танце и чувства ансамбля.

#### *2. Развивающие:*

- развитие танцевальных, музыкальных, артистических и других творческих способностей каждого учащегося;
- развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
- развитие образного мышления;
- развитие профессиональных данных: гибкость, выворотность, подъём стопы, танцевальный шаг, прыжок, ритмичность, эластичность мышц, музыкальность, сообразительность, координацию, танцевальность;
- развитие техники исполнительского мастерства.

### 3. *Воспитательные:*

- развитие интереса и приобщение обучающихся к мировой танцевальной культуре;
- воспитание чувства такта;
- воспитание трудолюбия, дисциплинированности;
- повышение занятости детей в свободное время, организация полноценного досуга.

Содержание программы постоянно совершенствуется, усложняется и постоянно варьируется, в зависимости от существующего на данное время контингента детей, от их способностей, трудолюбия, внимания, от их отношения к занятиям.

Данная программа является образовательной, развивающей.

Возраст воспитанников: 7-14 лет.

Состав группы - постоянный.

Наполняемость групп, согласно Уставу учреждения и требований Сан Пин: оптимальная – 10-15 человек;

Форма занятий - групповая, индивидуальная, дуэтная.

Форма обучения - очная.

Общее количество часов основного курса в год – 72 часа.

Количество занятий в неделю – 1 раз по 2 часа.

Продолжительность занятия – 2x45 минут с 15-минутным перерывом.

Для одаренных детей и постановки сольных номеров программой предусмотрены индивидуальные занятия из расчета 2 часа в неделю на каждую группу.

Дополнительная общеразвивающая программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
- СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 09.12.2018 № 196).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р)
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Департамента государственной

политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242).

### ***Условия реализации программы***

1. Отдельный кабинет для организации занятий;
2. Раздевалка;
3. Актальный зал, сценическая площадка;
4. *Материально-техническая база:*
  - Зеркальная стенка;
  - Станок для выполнения экзерсиса;
  - Скамейка;
  - Музыкальный центр, телевизор, компьютер, DVD центр;
  - Фортепиано, баян.
5. *Методическое обеспечение:*
  - Наглядно-иллюстрированный материал;
  - Музыкальные диски, видеокассеты;
  - Методические разработки.
6. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил по технике безопасности:
  - Влажная уборка помещения;
  - Проветривание танцевального класса;
  - Соблюдение режима работы и отдыха;
  - Создание условий для безопасности образовательного процесса.

### **Особенности методики обучения**

Процесс обучения в студии классического танца построен на реализации следующих дидактических принципов:

1. ***Принцип сознательности и активности***, предусматривающий сознательное отношение воспитанника к занятиям, воспитание у детей заинтересованности в овладении основных элементов хореографического искусства;
2. ***Принцип наглядности***, который позволяет создать представление о темпе, ритме, амплитуде, правильного исполнения отдельных движений, упражнений, заданных комбинаций;
3. ***Принцип доступности*** – требует постановки перед обучающимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого материала и соблюдения в обучении элементарных дидактических правил: от известного к неизвестному, от легкого - к трудному, от простого - к сложному.
4. ***Принцип систематичности*** - предусматривает непрерывность процесса формирования хореографических навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности детей, определенную последовательность решения заданий.

Содержание программы учитывает возрастные и психологические особенности детей, анатомо-физиологические данные возрастного периода обучающихся.

Основной формой учебно-воспитательного процесса является занятие, для которого характерен постоянный состав занимающихся, определенная длительность, строгая регламентация заданий.

Для активизации интереса детей и реализации учебного плана применяются следующие формы проведения занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно-творческое занятие;
- контрольное занятие;
- класс-концерт;
- индивидуальное занятие;
- нетрадиционные занятия – урок-игра, урок-путешествие, урок-сказка и т.д.;
- музыкальное занятие (прослушивание музыкального материала, беседы о музыке, музыкальные игры).

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга.

На занятиях применяются традиционные методы обучения: такие как использование *слова, наглядного восприятия и практические методы*.

**Метод использования слова** – универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание хореографических и музыкальных произведений, объясняются элементарные основы азбуки хореографии, описывается техника движений в соответствии с музыкой и другое. Это определяет разнообразие методических приемов использования слова в обучении: *рассказ, беседа, обсуждение, словесное сопровождение движений и т.д.*

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению воспитанниками программы курса, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К ним можно отнести: качественный показ движений и отдельных композиций педагогом, прослушивание музыкального произведения, отдельной музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Важным наглядным приемом является просмотр видеозаписей, посещение концертов хореографических коллективов.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих воспитанников коллектива. Это метод целостного освоения упражнений, метод обучения посредством постепенного разучивания отдельных движений, далее составление комбинации из ранее изученных и применение их в определенной хореографической постановке.

При проведении хореографических занятий неукоснительно соблюдаются следующие методические особенности:

- **Преимущественный показ упражнений педагогом.** Показанное упражнение воспринимается и запоминается детьми быстрее и легче, чем его длительное объяснение.
- **Логичность в подаче материала.** На начальном этапе упражнения должны быть простыми, доступными и удобными в выполнении. Затем последовательно от занятия к занятию они усложняются, даются в развитии. Это способствует сознательному усвоению двигательных навыков и укреплению логической и мышечной памяти.
- **Присутствие игры и творчества на занятии.** Выполнение игровых упражнений под музыку позволяет не замечать утомления и способствуют развитию образного мышления и актерского мастерства.
- **Правильное дозирование физической нагрузки.** Начинать занятия всегда необходимо с небольшой дозировки нагрузки, выполняя упражнения в среднем темпе, чтобы подготовить ребенка для возможного последующего усиления воздействия упражнений на его организм.
- Поскольку при исполнении классического танца главным условием является полное владение пластикой тела, большое место на занятиях уделяется физическому развитию мышечного аппарата, укреплению мышц, связок, суставов.

Урок по классическому танцу должен состоять из подготовительной, основной и заключительной частей и включать соответствующие разделы по мере их освоения (экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, аллегро, экзерсис на пальцах).

Экзерсис у станка выполняется в начале урока и одной из основных его задач является разогрев мышц, суставов, связок. Упражнения изучаются сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, затем — с ускорением темпа.

Новые упражнения изучаются в «чистом виде», затем комбинируются. На начальных этапах обучения экзерсису у станка отводится большая часть времени урока, впоследствии время сокращается за счет ускорения темпов исполнения и соединения движений в комбинации.

Основной задачей экзерсиса на середине зала является овладение устойчивостью. По мере освоения элементов у станка, увеличивается объем материала на середине зала. Вводится *epalement* (и часть движений выполняется в различных положениях *epaulement*).

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

Особый раздел урока — *allegro* (прыжки). Его главная задача — овладение техникой прыжка без дополнительных усилий. Прыжки изучаются после того, как освоена постановка корпуса и выработана сила и выворотность ног в *demiplie*. Прыжки начинают изучать лицом к станку, затем переносят на середину зала.

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

Упражнения начинают разучивать лицом к станку, затем переносят их на середину зала. Главная задача — освоение постановки стопы на пальцах. В этой работе не следует спешить, т.к. в противном случае это может привести к травмам и некачественному исполнению движений.

Таким образом, полный урок постепенно разворачивается в своем объеме по мере освоения материала.

Значительную роль в художественном воспитании играет этюдная работа. Небольшие танцевальные комбинации должны развивать выразительность и изящество исполнения.

На занятиях важно:

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

### **Ожидаемые результаты**

Программа призвана обеспечивать целостное художественно-эстетическое и физическое развитие личности; приобретение ребенком танцевально-исполнительских навыков и теоретических знаний в области классического танца.

Результатом освоения программы «Классический танец» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание терминологии по классическому танцу;
- знание элементов и основных комбинаций классического танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- умение исполнять на сцене классический танец, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение исполнять элементы и основные комбинации классического танца;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца.

### **Педагогический контроль**

Эффективность реализации данной программы зависит не только от содержания и объема учебно-танцевального материала, заданий, формы проведения занятий. Во многом это определяется системой отслеживания результата и его своевременной корректировкой.

Отслеживание развития ребенка и результативности его деятельности осуществляется методами: наблюдения, опроса, самоконтроля, контрольных заданий практического и теоретического характера.

Контроль и мониторинг образовательного процесса осуществляется на протяжении всего периода обучения.

В начале каждого года обучения проводится первичный контроль - нулевой контрольный срез.

Далее, в процессе обучения, отслеживается динамика развития ребенка путем текущего контроля по мере прохождения темы или раздела программы. Текущий контроль осуществляется также по ходу занятия.

2 раза в год проводится промежуточная и годовая аттестация (декабрь, апрель) в рамках Зачетной недели. Промежуточная и годовая аттестация проводится в форме контрольных уроков, концертов и класс-концертов. Проведение класс-концертов и открытых занятий перед родителями с целью повышения интереса, проведение контрольных уроков, их периодичность устанавливает педагог.

Знания учащихся определяются в соответствии с теоретическими пунктами программы, а умения - с практическими.

Результатом обучения является определённый объём знаний, умений и навыков.

Контроль позволяет определить эффективность обучения, обсудить результат, при необходимости внести изменения в образовательный процесс.

Контроль позволяет родителям, педагогу, обучающемуся увидеть результат своего труда.



## Учебно-тематический план

### Основными задачами обучения являются:

- развитие физических данных (в процессе исполнения ряда движений на полу), исправление некоторых недостатков в осанке (сутулость, асимметрия лопаток, увеличенный прогиб в поясничном отделе позвоночника и др.);
- постановка корпуса, ног, рук, головы у станка и на середине зала;
- изучение простейших упражнений классического экзерсиса.

№ п/п	Наименование разделов тем	Количество часов		Всего часов
		Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2		2
<b>1.Экзерсис у станка — 32 часа</b>				
1	Постановка корпуса. Позиции ног	1	3	4
2	Постановка корпуса. Позиции рук		4	4
3	Комбинационные движения у станка	3	19	22
4	Итоговое занятие		2	2
<b>2.Экзерсис на середине зала- 26 часа</b>				
1	Постановка корпуса. Позиции ног	1	3	4
2	Постановка корпуса. Позиции рук	1	3	4
3	Комбинационные движения на середине зала	1	15	16
4	Итоговое занятие		2	2
<b>3. Часть. Аллегро - 12 часов</b>				
1	Прыжки.	1	9	10
2	Итоговое занятие		2	2
Итого		10	62	72

## Основное содержание

### **Вводное занятие – 2 часа**

Знакомство с программой первого года обучения. Введение в мир классического танца. Расписание занятий. Форма для занятий. Игровые этюды.

### **Раздел «Экзерсис у станка» – 32 часа**

#### **Занятие 1- 2. «Постановка корпуса. Позиция ног» - 4 часа**

##### **1. Постановка корпуса и позиции ног (4 часа)**

Позиции ног: I позиция, II позиция, III позиция, V позиция, IV позиция /как наиболее трудная изучается последней/.

М.Р. 4/4 /в каждой позиции стоять 2 такта/.

М.Р.  $\frac{3}{4}$  /в каждой позиции стоять 8 тактов/.

#### **Занятие 3-4. «Постановка корпуса. Позиция рук» - 4 часа**

Подготовительное положение, 1 позиция, 3 позиция, 2 позиция /как наиболее трудная изучается последней/. Позиции рук вначале изучаются на середине зала без точного соблюдения позиций ног. М.Р. 4/4,  $\frac{3}{4}$ .

#### **Занятие 5-16 «Комбинационные движения у станка» - 22 часа**

1. Demi plie в I, II, III, V позициях. М.Р. 4/4 /в 1 полугодии исполняется на 2 такта, во 2 полугодии — на каждый такт/.

2. Battement tendu / в 1-м полугодии — в сторону, вперед и назад/. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, по мере усвоения — на 1 такт, затем - на  $\frac{1}{2}$  такта; во 2-м полугодии — на каждую 1/4/.

3. Passe par terre в I позиции вперед и назад. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта/.

4. Demi rond de jambe par terre М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, затем — на 1 такт/.

5. Battement tendu из V позиции в сторону, вперед и назад. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 1 такт, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — на каждую  $\frac{1}{4}$  /.

6. Rond de jambe par terre en dehors и en dedan /в начале изучения объясняются понятия «en dehors», «en dedan»/. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, к концу — на  $\frac{1}{2}$  такта/.

7. Battement tendu jete с I позиции, с V позиции в сторону, вперед и назад. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — на каждую 1/4/.

11. Battement tendu jete pique с I и позиций в сторону, вперед и назад. М.Р. 2/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на  $\frac{1}{4}$  /.

8. Положение ноги sur le cou de pied спереди, сзади и условное cou de pied /вначале изучается из положения открытой ноги в сторону, по мере усвоения — из положения ноги «вперед» и «назад» /. М.Р. 2/4,  $\frac{3}{4}$ , 4/4.

9. Battement frappe в сторону, вперед и назад /в начале изучается носком в пол, во 2-м полугодии — на 35 градусов/. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на  $\frac{1}{2}$  такта, во 2-м полугодии — на  $\frac{1}{4}$  /.

10. Releve на полупальцах в 1, II и У позициях:1/на вытянутых ногах;2/ с предварительным demi plie;3/ на demi plie в заключение. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, во 2-м полугодии — на ½ такта /.

11. Battement fondu в сторону, вперед и назад. /вначале изучается носком в пол, к концу 1-го полугодия — на 45 градусов/М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на ½ такта/.

12. Battement retire /поднимание и опускание работающей ноги, согнутой в колене, до колена опорой ноги; служит подготовкой к battement developpes /М.Р. 4/4 /исполняется на каждый такт/.

13.Battement releve lent на 90 градусов из I и У позиций в сторону, вперед и назад /в сторону и назад первоначально изучается лицом к станку; вперед — держась за станок одной рукой/М.Р. 4/4 /исполняется на 2 такта/.

14. Grand plie на I, II, IV, V позициях./сначала изучается лицом к палке, затем — держась одной рукой за палку/М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на 2 такта, к концу 2-го полугодия — на каждый такт/.

14. Temps releve par terre (preparation) для rond de jambe par terre en dehors en dedansМ.Р. 4/4 /в 1-м полугодии исполняется на каждый такт, затем — на ½ такта/.

15. Grand battement jete из I и V позиций в сторону, вперед и назад/ вперед и назад первоначально изучается спиной и лицом к станку. Затем движение выполняется, держась одной рукой за станок/М.Р. 4/4 в начале 1-го полугодия исполняется на ½ такта, затем — на ¼ такта, 2-я четверть — пауза; во 2-м полугодии — на каждую четверть/.

16. Наклоны вперед и перегибы корпуса назад и в сторону исполняется в конце экзерсиса. Вперед исполняется по I позиции спиной к станку, перегибы корпуса исполняются лицом к палке.М.Р. 4/4 /в 1-м полугодии — на 2 такта, во 2-м полугодии — на 1 такт/.

***Итоговое занятие – 2 часа***

Контроль освоения теоретического и практического материалов.

**Экзерсис на середине зала - 26 часов**

***Занятие 17-19. Постановка корпуса и позиции ног - 4 часа***

Позиции ног: I позиция, II позиция, III позиция, V позиция, IV позиция /как наиболее трудная изучается последней/. М.Р. 4/4 /в каждой позиции стоять 2 такта/. М.Р. ¾ /в каждой позиции стоять 8 тактов/.

***Занятие 20-21. Позиции рук - 4 часа***

подготовительное положение, 1 позиция, 3 позиция, 2 позиция /как наиболее трудная изучается последней/. Позиции рук вначале изучаются на середине зала без точного соблюдения позиций ног. М.Р. 4/4, ¾.

***Занятие 22-30. Комбинационные движения на середине зала -16 часов***

1. Упражнения те же, что у станка en face.

2. Deme plie en face в I, II, V позициях.

3. Battement tendu из I и V позиций во все направления.

4. Battement tendu с demi plie из I и V позиций во все направления.

5. Battement tendu jete из I и V позиций во все направления.

6. Battement tendu jete pique из I и V позиций во все направления.

7. Ronde de jambe par terre .  
 8. Battement fondu .  
 9. Battement frappe .  
 10. Battement releve lent .  
 11. Grand battement jete .  
 12. Releve на п/п в I , II и V позициях.  
 13. I-e port de bras .

**Итоговое занятие – 2 часа**

Контроль освоения теоретического и практического материалов.

**Allegro - 12 часов**

**Занятие 32-37 – 12 часов**

Первоначально прыжки изучаются лицом к станку. Как только усвоена элементарная правильность исполнения, изучение переносится на середину зала.

1. Temps leve из I, II, V позициях. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, затем — на ½ такта; к концу года — на каждую четверть /.
2. Changement de pieds . М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия — на каждый такт, к концу — на ½ такта; во 2-м полугодии — на каждую четверть /.
3. Pas echarpe из V позиции во II и со II в V. М.Р. 4/4 /в начале 1-го полугодия исполняется на каждый такт, во 2-м полугодии — на ½ такта /.

**Итоговое занятие – 2 часа**

Зачетное занятие по пройденным темам.

### Календарный учебный график

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01 сентября 2022	15 мая 2023	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

## ЛИТЕРАТУРА:

1. В. Костровицкая «Школа классического танца» - Л., 1976.
2. Т. Барышникова «Азбука хореографии» - М., 196.
3. «Магия танца» -Ж. «Человек без границ» №5 - 2008
4. Сущность искусства танцев. М., 2008
5. «Учите детей танцевать» Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В., М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2003
6. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - Л.: Искусство, 1983.
7. Балет: Энциклопедия.-М.: Советская энциклопедия, 1981.
8. Бахрушин Ю.А. История русского балета. - М.: Просвещение, 1973.
9. Блок А.Д. Классический танец. - М.: Искусство, 1981.
10. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Искусство, 1980.
11. Жданов Л. Школа большого театра. - М.: Планета, 1984.
12. Кремшевская Г.Д. Агриппина Ваганова. - Л.: Искусство, 1981.
13. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- Л.: Искусство, 1972.
14. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца.- Л.: Искусство, 1976.
15. Тарасов Н. Классический танец.- М.: Искусство, 1981.