муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования города Новосибирска

«Детская школа искусств № 22»

принята решение педагогического совета
протокол № 01 от 28.08.2025г

«Утверждаю »
Директор МБУДО ДШИ №22

Т.В. Думнова

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Хореографическое искусство»

по учебному предмету

«Классический танец»

Срок реализации: 5 лет,7 лет

Возраст обучающийся: 7-12(14) лет

2025

Программа по классическому танцу для хореографических отделений школ искусств в основном рассчитана на учащихся, освоивших программу подготовительного класса. При этом учитывается возможность обучения детей, ранее не получавших хореографической подготовки.

Классический танец является фундаментом обучения для всего компл

екса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры. В этом его главное воспитательное значение.

Прохождение программы должно опираться на следующие данные основные принципы: постепенность в развитии природных данных учеников, строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами, систематичность и регулярность занятий, целенаправленность учебного процесса.

Без соблюдения этих условий классический танец теряет силу воздействия как средство эстетического воспитания.

Особую осторожность необходимо проявлять в отношении движений, включенных в программу факультативно. Их изучение рекомендуется только в том случае, если возможности класса позволяют усвоить их качественно. Кроме того, педагог может по своему усмотрению перенести изучение в следующий класс или вовсе исключить те движения основной программы, прохождение которых окажется недоступным данному классу в связи с ограниченностью возможностей учащихся. Возможны также некоторые изменения порядка прохождения материала.

Педагог должен проявлять определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе учащихся, творчески решать вопросы, которые ставит перед ним учебный процесс.

Сам урок не сразу развертывается во всем объеме: сначала экзерсис у палки, потом – на середине, adagio и allegro.

Дети, начинающие учиться, делают вначале только экзерсис у палки и на середине в сухой форме, без всякого варьирования. В последующем учении вводятся простые комбинации у палки, их они повторяют и на середине. Проходят основные позы. Далее легкое adagio, без сложных комбинаций, направленное лишь на приобретение устойчивости.

Перед преподавателем стоят очень ответственные задачи: не только развить физический аппарат учащихся, научить его хорошо двигаться, но и привить ему навыки учебной и творческой дисциплины.

Занятия по танцу проводятся в живом, энергичном ритме. Объяснения танцевальных движений надо излагать в ясной и доступной форме, избегая излишнего употребления иностранных терминов, часто непонятных и ненужных.

Преподаватель не только объясняет учащимся танцевальное движение, но и показывает, как его надо исполнять. Необходимо учитывать уровень способностей учащихся.

Преподаватель должен внимательно наблюдать за движениями каждого учащегося, предупреждать и исправлять ошибки. При разучивании нового или повторении недостаточно усвоенного танцевального материала всей группе объясняется, как следует исполнять то или иное движение и на что необходимо обратить особое внимание.

Следует с первых же дней указать на разболтанность в походке, напряженность и скованность рук, неумение правильно стоять, сидеть, поклониться и т. д. Необходимо воспитывать у учащихся способность к самоконтролю, который даст им возможность самим исправлять свои недостатки, не всегда заметные в быту, но бросающиеся в глаза на сцене.

Для каждого упражнения и каждого танца следует заранее подобрать соответствующую музыку. Правильно подобранная музыка имеет большое значение в деле художественного воспитания учащихся, развивает чувство ритма и музыкальный слух.

Очень важно заинтересовать учащихся самим творческим процессом, чтобы они уходили с урока с желанием работать, и ждали бы следующего дня занятий.

Необходимо указать, что занятия по танцу – не развлечение и отдых между общеобразовательными предметами, а физический труд, требующий большого внимания, настойчивости, собранности, сосредоточенности.

По окончании тренировочных упражнений у станка, учащиеся выходят на середину зала и выстраиваются в шахматном порядке: в первой линии стоят девочки, во второй – мальчики. Рекомендуется, чтобы учащиеся на каждом уроке менялись линиями.

При разучивании наиболее сложных танцевальных элементов (pas chasse, па вальса, па польки) учащимся рекомендуется вначале усвоить схему, то есть последовательность и направленность движений. Когда схема будет хорошо усвоена, танцевальный элемент разучивается уже целиком в законченной форме.

Классический экзерсис сокращать нельзя.

Классический танец и классический экзерсис – это тот фундамент, на котором зиждется все здание хореографического искусства.

Классический экзерсис у станка важен, прежде всего, тем, что вырабатывает правильную постановку и устойчивость корпуса, который при экзерсисе должен держаться на опорной ноге с прямой подтянутой спиной. Как указывает профессор А. Я. Ваганова, «правильно поставленный корпус – основа для всякого па. Правильно поставленная спина дает абсолютную свободу движения». Поэтому задача классического станка – добиться надлежащей постановки корпуса и спины.

Классический экзерсис у станка развивает и укрепляет также весь суставно-мышечный аппарат тела, дает правильную постановку головы, рук и ног, вырабатывает точность, свободу, эластичность и координацию движений. Кроме того, классический станок в значительной степени

помогает освободиться от имеющихся физический недостатков: сутулости, перекоса плеч, опущения шейного позвонка, косолапости и т.д. Вместе с тем. Упражнения экзерсиса способствуют развитию силы, выносливости и ловкости, а также собранности внимания.

Классическая техника является «единственно возможной всеохватывающей основой» любого сценического танца, не только классического, но и народно-характерного, исторического или бального.

Итак, основная задача классического экзерсиса у станка заключается в том, чтобы путем целесообразно подобранных, постоянно повторяемых тренировочных упражнений помочь учащимся развить тело и научиться свободно и пластично управлять своими движениями.

В процессе занятий желательно шире комбинировать уже освоенные упражнения. Это развивает координацию движений, сообразительность и танцевальность учащихся, а также позволяет продуктивнее использовать время, отведеннос на экзерсис.

Чтобы классический станок достиг своей цели, необходимо добиваться во всех упражнениях полной выворотности ног. Выворотность – положение ног, при котором «ступни, разведенные носками в стороны, идут либо по линии плеч, либо параллельны им, и вследствие этого раскрыта внутренняя поверхность (сторона) голеней и бедер», - незыблемый канон классического танца, основа всей его техники.

Без выворотности классический экзерсис лишается своей эффективности. Поэтому учащиеся должны хорошо освоить существующие в классическом танце пять строго выворотных позиций ног и в дальнейшем при всех упражнений настойчиво добиваться соблюдения выворотности.

Помимо соблюдения выворотности необходимо также, чтобы все упражнения у станка выполнялись в полную силу. «Надо, чтобы работающие мышцы до конца напрягались, иначе эффективность упражнений очень понижается, и мышцы не приобретают требуемой

крепости». Все упражнения классического экзерсиса должны делаться совершенно точно и четко, при полном напряжении работающих мышц и суставов.

Очень важно, начиная со второго класса, вводить в упражнения классического экзерсиса несложные движения рук, корпуса и головы. Такой экзерсис значительно поможет развитию свободы и пластичности рук.

Программа по классическому танцу

Первый год обучения (2 класс)

Партерная гимнастика- 12 часов

Развитие двигательных навыков- 12 часов

Ознакомление с позициями ног (1.2.5) - 8ч

Ознакомление с позициями рук - 8 ч

Постановка корпуса - 16 ч

Demi-plie по 1,2,5 позиции – 16 ч

Batman's tandis по 1.5 позиции –16 ч

Passe pa terr – 16 ч

Rond de jambe par terr

По 0,5 круга (en doers, en dedans) –12ч,

По целому кругу (en deors, en dedans) –12 ч

Положение ноги cou-de-pied

Обхватное- 12ч,

Условное - 12ч,

Petit battement sur ie cou-de pied –12ч,

Passe с 5 позиции - 16 ч,

Battemebt tendu jete с 1 позиции- 12ч,

Temps soute- по 1, 5 позиции -12 ч, 2

Port de bras

Первое- 12ч,

Третье – 12 ч

Закрепление и отработка экзерсиса (лицом к палке)-8ч.

Всего 70 уроков в год по 3 часа в неделю(105час.)

Второй год обучения (3 класс)

Повторение учебного материала прошлого года-6 час.

Battement tendu jete с 1, 5 позиции- 6 час.

Battement fondu:

Вперед- 3 час.

В сторону – 3 час.

Назад- 3 час.

Battement frappe- 9 час.

Battement developpe 45 %-9 час.

Grand battement jete- 9 час.

Grand plie по 1,2. 5 позиции-6 час.

Танцевальные шаги и связки:

Pa coupe-6 час.

Pa tombe- 6 час.

Pa balansc- 6 час.

Pa de bourre- 9 чкас.,

Pa chossi- 6 час.

Прыжки :

Sote по 1,2,5 позиции- 6 час.,,

Changvant de pied – 6 час.

Port de brass-1,2,3- 9 час,

Pti battement sur-li-cou-de-pied- 6 час.

Всего 70 уроков в год по 3 час. в неделю(105час.)

Третий год обучения (4 класс)

Повторение материала прошого года-8 час.

Demi, grand plie в комбинации с наклонами корпуса-4 час.

Battement tendi c demi plie по 5, 2 поз-4 час.

Battement tendi jete c pikke-4 час.

Rond de jamb par terr с наклонами корпуса- 4 час.

Battemtnt fondi-4 час.

Battement frappe с акцентом-4 час.

Battement deueloppe на 90%-4 час.

Grand battement jete-4 час.

Упражнения на растяжку-4 час.

Прыжки:

Changmant de pied-4 час.

Pa assamble в двух направлениях-8 час.

Pa glissand-4 час.

Малые позы cruasi, effasi-16 час.

Подготовка к турам-12 час.

Tens lie-4 час.

Port de bras(все виды)-8 час.

Прыжковые и танцевальные этюды-16 час

Повороты и вращения-8 час

Усовершенствование двигательных навыков-16 час

Всего-70 уроков по 4 час. в неделю(140 час.)

Четвертый год обучения (5 класс)

Повторение материала прошлого года:

1.работа над выворотностью и силой ног,

2. устойчивостью и координацией корпуса,

3. четкостью и легкостью исполняемых движений

4. умение работать в ансамбле,

5. работа над гибкостью и растяжкой.(40 час.)

Вводим в экзерсис комбинации с фиксированием малых поз-16 час

Adagio-8

Подготовка к турам на одной ноге со 2, 5 поз.

Прыжки:

Pa jete в двух направлениях-8 час.

Sisson(simpl, ferme)-8 час.

С поворотом в 5 поз.-8 час.

Этюды на прыжковые комбинации-24 час.

Вращение по диагонали с фиксацией позы в конце-12 час.

Усовершенствование двигательных навыков-8 час.

Всего 70 уроков по 4 час. в неделю.

Пятый год обучения (6 класс)

Повторение материала прошлого года-40 час.

Экзерсис у станка: battements

-tendi,

- jete c balensiar,
- fondu,
- frappe
- deueloppe
- souteni
- relevelent на 90%
- grabd jete

demi , grand plie

rond de jamb pa terr

rond de jamb en lier на 45%

turs en dehors, en dedans co 2, 5, 4 поз. -72 час.

Прыжковые комбинации:

- pa ehappe с поворотом,
- pa jete c pa de burre,
- pa glisand c assamble
- pa chossi c воздушным туром
- sisson ferme c balansi
- sisson ferme c туром по 2 поз.(диагональ)
- grand jete(перекидное)----------48 час.

Вальсовый этюд----------12 час.

- Turs на месте, в диагонали:
- chene,
- souteni
- en dedans----------8 час.

Всего 70 уроков по 4 час. в неделю(140 час).

Шестой год обучения (7 класс)

В выпускном классе работа у станка проводится в ускоренном темпе.

Особое внимание обращается на:

- выносливость
- силу и выворотность ног
- правильность дыхания
- растяжку мышц
- подвижность суставов
- выразительность поз
- координацию движений в позах-------24 час.

В экзерсис на середине добавляются большие позы:

Cruase

Effasse

Ecarte------- 12 час.

Arabcsques –1, 2, 3, 4---------12 час.

Battement dubl frappe--- 4 час.

Dubl fondu----4 час

Отрабатываются прыжковые и танцевальные комбинации на середине класса, по возможности, в разных темпах для мальчиков и девочек.—24 час.

Уделяется достаточно внимания технике вращений и прыжков—12 час.

Подготовка программы урока к итоговому экзамену—48 час.

Всего-70 уроков по 4 часа в неделю(140 час.)

Требования к учащимся по предмету "классический танец"

на конец года.

2 класс: знать и показывать позиции ног-1,2. 5

позиции рук- подготов, 1,2,3:

уметь напрягать и расслаблять мышцы;

на слух знать названия движении;

отличать характер музыки.

3 класс: уверенно работать лицом к станку,

легко, натянуто прыгать,

ориентироваться в классе по точкам,

4 класс: работать боком к станку,

знать написание движений класс. танца,

синхронно работать с партнером,

5 класс: хорошо ориентироваться в классе,

знать методику движений,

обладать зрительной и мышечной памятью.

6 класс: обладать устойчивостью на середине класса,

уметь правильно дышать,

составлять небольшие комбинации,

7 класс: совершенствовать технику движений,

разбираться в музыкальном сопровождении урока,

уметь показать и объяснить комбинацию младшим уч-ся.

Список рекомендуемой методической литературы.

1. Ваганова А. Основы классического танца. Изд. «Искусство». Ленинград, 1963.
2. Васильева Е. Танец. Изд. «Искусство». Москва, 1968.
3. Красовская В. « 100 уроков классического танца ».
4. Тарасов Н. Классический танец. Изд. «Искусство». Москва, 1981.
5. Холфина С. Вспоминая мастеров московского балета … Изд. «Искусство». М.,1990.