ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Документ отправлен на официальный сайт: **cdut.simedu.ru**
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Ельцова Татьяна Сергеевна
Действителен с: с 24.04.2026, 07:48
Действителен до: до 18.07.2027, 07:48
Ключ подписи: 10F9103327135FF8F7149A8DBA25426D

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СИМФЕРОПОЛЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
от «31» 08 2026 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБ УДО «ЦДЮТ»
г. Симферополя
_____ Т.С.Ельцова
Приказ №77 от «31» 08 2026г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
кружок «БАЛЕТ»

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 8-12 лет
Объем часов: 288 часов
Срок реализации программы: 2 года
Уровень программы: стартовый

Разработчик: Королева Анна Юрьевна,
педагог дополнительного образования

г. Симферополь, 2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1.	Пояснительная записка _____	3-9	стр.
Раздел 2.	Учебный план _____	10	стр.
Раздел 3.	Календарный учебный график_____	11	стр.
Раздел 4.	Содержание программы__ _____	12-15	стр.
Раздел 5.	Воспитание _____	16-18	стр.
Раздел 6.	Планируемые результаты _____	19-20	стр.
Раздел 7.	Ресурсное обеспечение _____	21-25	стр.
Раздел 8.	Список литературы _____ _____	26-27	стр.
Раздел 9.	Приложения _____	28	стр.
	9.1. Оценочные материалы _____	28-29	стр.
	9.2. Методические материалы _____	30-60	стр.
	9.3. Календарно-тематическое планирование_	61-71	стр.
	9.4. Лист корректировки _____	72	стр.

Раздел 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа кружка «Балет» ориентирована на работу с детьми в области классической хореографии. В результате освоения программы дети будут знать терминологию в классическом танце на французском языке, 5 позиций ног, 3 позиции рук и подготовительное положение, порядок движений в экзерсисе; будут уметь различать опорную ногу от работающей ноги; будут сформированы правильная постановка корпуса, рук, ног, головы, элементарные навыки координации движений, умение работать в хореографическом коллективе.

Программа соответствует художественной направленности.

При разработке программы учтены требования следующих документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. №309 «О национальных целях развития России до 2030 года и на перспективу 2036 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 г. № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
- Приказ Минобрнауки России № 882 и Минпросвещения России № 391 от 05.08.2020 г. «Об организации и осуществлении образовательной

деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. №1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым» (в ред. от 25.08.2025 №1338-р);
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. №1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями), письмо Минпросвещения России от 31.07.2023 № 04-423 «Об исполнении протокола»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 23.01.2026 № АБ-254/06 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура»;
– Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского и юношеского творчества» муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым (далее – МБ УДО «ЦДЮТ» г. Симферополь);
– Положение о порядке разработки, принятия и утверждения дополнительных общеобразовательных программ в МБ УДО «ЦДЮТ» г. Симферополя (приказ № 29 от 25.03.2026);
– Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам (приказ № 75 от 30.08.2024);
– Положение об учете результатов освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (приказ № 75 от 30.08.2024);
– Положение о порядке оформления возникновения, приостановления и прекращения отношений между МБ УДО «ЦДЮТ» г. Симферополя и

обучающимися и(или) родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся (приказ № 75 от 30.08.2024);
– Положение о порядке и основании перевода, отчисления и восстановления обучающихся (приказ № 75 от 30.08.2024);
– Положение о правилах приема обучающихся в МБ УДО «ЦДЮТ» г. Симферополя (приказ № 75 от 30.08.2024);
– Положение о режиме занятий обучающимися в МБ УДО «ЦДЮТ» г. Симферополя (приказ № 75 от 30.08.2024).

Программа является модифицированной. Составлена на основе программ и методических разработок следующих авторов: Блок Л.Д., Бондарчук Л.А, Красовская В.М..

Целью данной программы является обучение детей основам классического танца и их активное физическое, художественно-эстетическое и творческое развитие с учетом индивидуальности каждого ребенка посредством занятий хореографией, приобщения к достижениям мировой культуры.

Задачи программы.

Образовательные:

– обучать танцевальной технологии классического танца, сознательному подходу к каждому движению (культуре движений, поз, жестов);
– способствовать накоплению у обучающихся суммы теоретических знаний, формировать танцевальные навыки и умения;
– раскрывать индивидуальные способности каждого ученика посредством хореографии;
– приобщать обучающихся к искусству через активизацию познавательного интереса
учащихся к постижению языка танца;
вырабатывать трудолюбие дисциплинированность, высокое чувство ответственности.

Развивающие:

– развивать у занимающихся чувство ритма, знакомить с основными музыкальными размерами, темпами, тембрами;
– развивать двигательный аппарат, гибкость, пластичность, выразительность корпуса и танцевальность.

Воспитательные:

– воспитывать культуру эмоций;
– использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, чувства долга, коллективизма, организованности;
– формировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на
межличностное общение в повседневной жизни;
– воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;

– развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Цель 1 года обучения – выявление, раскрытие и развитие специальных (художественных) способностей каждого воспитанника, развитие личности.

Задачи 1 года обучения:

Образовательные:

- выявить особо одаренных детей.
- формировать навыки хореографической техники, основ культуры движений
- формировать красивую осанку, правильную походку
- совершенствовать чувство ритма, музыкальность

Развивающие:

- повысить стойкий интерес и потребность к занятиям классическим танцем.
- создать условия для развития способностей детей.

Воспитательные:

- способствовать развитию интеллектуального, физического, духовного, творческого потенциала воспитанников.
- привить навыки здорового образа жизни.
- организовать полноценную культурно-досуговую деятельность.
- повысить эмоциональный настрой
- воспитать эстетический вкус, любовь к искусству, культуру поведения во время занятий, культурно-досуговой и концертной деятельности.
- формировать нравственно-волевые качества личности: настойчивость в достижении результата, выдержку, выносливость, умение контролировать свои движения, действовать в коллективе

Цель 2 года обучения - способствование гармонизации развития и творческому самовыражению детей посредством классического танца..

Задачи 2 года обучения:

Образовательные:

– активизировать образное мышление и эмоциональную сферу ребёнка.
– ознакомить детей с различными направлениями хореографического искусства.
– развить коммуникативные способности.

Развивающие:

– способствовать освоению способов и приёмов, технологий творческого решения художественных задач.
– развить способность к творческому самовыражению в творческом коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.
– развить интерес к профессиональной деятельности выдающихся танцоров.

Воспитательные:

– воспитать интерес к самостоятельному изучению истории танцев.

– выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие успеху в освоении танцевальной культуры.

Адресат программы.

Программа разработана для обучающихся 8-12 лет. Как показывает практика, большая часть занимающихся – это девочки. Специального отбора детей не производится, принимаются дети основной группы по физической культуре, либо предоставившие справку о состоянии здоровья от врача педиатра, чтобы занятия балетом не были противопоказаны. Группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные, формируются по подготовленности детей к занятиям, с учетом развития, круга интересов, личностных характеристик присущих возрасту. Дети младшего школьного возраста нуждаются в частой смене движений, длительное сохранение статического положения для них крайне утомительно. В тоже время движения детей еще не организованы, плохо координированы, запас двигательных навыков у них не велик. Они нуждаются в его пополнении и усовершенствовании. Относительная слабость мускул и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. В этом возрасте важно выработать у детей устойчивую привычку прямо держать спину, свободно двигаться в танцах и играх. Дети среднего школьного возраста способны к быстрому развитию, что способствует успешному формированию танцевальных способностей. Для этого возраста характерно стремление к самовыражению, к общению со сверстниками, интерес к танцевальному искусству. Это очень продуктивный возраст. Успех обучения танцам, также как и сами уроки классического танца, зависит от степени доверия ученика к педагогу. Если это доверие и уважение между обучаемым и педагогом возникает, уроки по освоению классического танца получаются продуктивными.

Наполняемость учебной группы - 16 человек. На программы второго года обучения могут быть зачислены обучающиеся, не занимающиеся в кружке, но успешно прошедшие собеседование по материалу программы предыдущего года.

Актуальность.

Классический танец является фундаментом для освоения всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы и сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной постановки корпуса, координацию и танцевальность. Классический танец способствует эстетическому воспитанию учащихся, развитию художественного вкуса, а также является источником высокой исполнительской культуры. Также программа помогает занимающимся воспитать в себе настойчивость, трудолюбие, силу воли, коллективизм, художественный вкус, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Важно и нужно заинтересовать детей вечным и прекрасным искусством, увлечь их красотой мира музыки и танца, зажечь в их сердцах желание духовного и физического совершенствования, пробудить в их

сознании ростки тяги к постижению непреходящих ценностей мировой культуры.

Форма обучения – очная, возможно обучение дистанционное в случае необходимости.

Особенности организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса осуществляется на основании учебного плана, календарного-учебного графика, программы дополнительного образования и разработанного на ее основе календарно-тематического планирования. Обучающиеся могут быть сформированы в одновозрастные и разновозрастные группы, в зависимости от степени знаний и являются основным составом кружка. Состав группы - постоянный. Занятия - групповые, возможно деление на подгруппы. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают беседы, мастер - классы, открытое занятие, занятие - игра, практическое занятие, презентация, выполнение самостоятельной работы. Условия дополнительного набора: в группу могут быть зачислены обучающиеся, успешно прошедшие собеседование, если имеются свободные места в группе, в связи с переездом детей или иными обстоятельствами, не позволяющими ребенку далее посещать объединение. Обучающийся может быть зачислен на второй год обучения при условии наличия базовых знаний, умений и навыков, соответствующих учебному содержанию программы. Перевод на следующий год обучения осуществляется автоматически по результатам учебного года.

Для зачисления на программу обучающийся должен предоставить медицинскую справку с указанием основной группы здоровья.

Зачисление на программу осуществляется посредством подачи родителями (законными представителями) заявки через АИС «Навигатор дополнительного образования Республики Крым».

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность обучения: 4 часа в неделю, 144 часа в год. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах - 45 минут. Перерывы между академическими часами могут быть от 5 до 10 минут, между группами от 10 до 15 минут. Срок обучения по программе – 2 года. Всего 288 часов.

Уровень программы стартовый. Это уровень ознакомления со спецификой дисциплины. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы материала.

Объем и срок освоения программы. Срок обучения по программе – 2 года. 1 год обучения - 144 часа, 2 год обучения - 144 часа. Общий объем программы 288 часов. Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

В период летних школьных каникул кружок продолжает работу по реализации краткосрочной образовательной программы или использует это

время для проведения соревнований, экскурсий и т.п., согласно утвержденному плану работы на данный период.

Формы аттестации/контроля.

Итоговый контроль проводится для определения результативности освоения программы, призван отражать достижения цели и задач образовательной программы и может быть: отчетный концерт, открытый урок, тестирование, беседа. Результаты контроля заносятся в протокол и должны отражать уровень планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал тестирования.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: концерт, открытое занятие.

Формы контроля.

Входной контроль - проводится при наборе или на начальном этапе формирования коллектива, изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка.

Текущий контроль - проводится в течение года, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения обучающимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения.

Промежуточный контроль - проводится для определения результативности освоения программы за год и перевод на следующий год обучения, призван отражать достижения планируемых результатов определенного года обучения.

Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, его творческих способностей, определения результатов обучения.

Формы проведения контроля учащихся определяются педагогом в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой: педагогическое наблюдение, опрос, викторина, тесты, концерт, выступления и т.д.

Раздел 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вступительное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2	-	Диагностика первоначальных умений. Беседа
2	Экзерсис около станка	38	6	32	Наблюдение, контрольный срез
3	Экзерсис на середине зала	38	6	32	Наблюдение, контрольный срез
4	Элементы партерной гимнастики	40	6	34	Наблюдение, контрольный срез
5	Работа над этюдами	24	4	20	Наблюдение, контрольный срез
6	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт
	Всего:	**144**	**24**	**120**	

2 год обучения

№	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Вступительное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2	-	Диагностика умений. Беседа
2	Экзерсис около станка	36	4	32	Наблюдение, контрольный срез
3	Экзерсис на середине зала	34	4	30	Наблюдение, контрольный срез
4	Элементы партерной гимнастики	20	2	18	Наблюдение, контрольный срез
5	Постановочная работа, репетиции	32	4	28	Наблюдение, контрольный срез
6	Работа над этюдами	18	2	16	Наблюдение, контрольный срез
7	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт
	Всего:	**144**	**18**	**126**	

Раздел 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	***Начало обучения***	***Окончание обучения***	***Всего учебных недель***	***Всего учебных дней***	***Всего учебных часов***	***Всего занятий в неделю***
1 год обучения	*сентябрь*	*май*	*36*	*72*	*144*	*2 раза в неделю по 2 часа (1 академический час 45 минут)*
2 год обучения	*сентябрь*	*май*	*36*	*72*	*144*	*2 раза в неделю по 2 часа (1 академический час 45 минут)*
Всего			*72*	*144*	*288*	

Начало учебных занятий не ранее 9.00, окончание – не позднее 20.00. Учебные занятия проводятся с понедельника по субботу согласно расписанию, утвержденному директором. В период школьных каникул кружок работает в соответствии с приказом по учреждению о переходе на каникулярный режим работы.

Раздел 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы 1 года обучения

1. Вступительное занятие. Инструктаж по ТБ.

Теория. Цель, задание и содержание работы творческого объединения. Организационные вопросы. Техника безопасности.

Форма контроля: беседа.

2. Экзерсис около станка

Теория. Демонстрация основных поз и позиций около станка. Позиции ног и рук. Изучение основных поз и позиций около станка. Понятие веса тела, переноса веса тела на носок, пятку, в сторону. Постановка корпуса с одной опорной ногой. Координация частей тела во время движений. Типы и виды координации, методика переходов из одной позы в другую, комбинирования движений. Методика выполнения упражнений, их назначение.

Практическая работа. I, II, III позиции ног. Demi - plie в I, II, III позициях. Battement tendu : из I позиции в сторону; из III позиции в сторону. Battement tendu из demi - plie: из I позиции во всех направлениях; из III позиции в сторону. Battementjete в сторону, вперед. Passe par terre. Releve на полупальцы в I, II, III позициях: с вытянутых ног; из demi -plie. Temps saute в VI позиции.

Форма контроля: устный опрос, показ позиций.

3. Экзерсис на середине зала.

Теория. Тренировка суставов и мышц ребенка. Выработка правильной осанки, опоры, выворотности берцового, тазобедренного, коленного суставов. Позы классического танца. Демонстрация основных поз и позиций. Позиции ног и рук. Характеристика танцевального шага и бега. Выполнение исходного положения, изменений позиций, координация частей тела во время выполнения отдельных элементов.

*Практическая работа***.** Подготовительное положение рук. I, II, III позиции рук. I, II, III позиции ног. Demi - plie в I, II, III позициях. Battement tendu из позиции в сторону. Releve на полупальцы в И, II, позициях: с вытянутых ног; из demi - plie. И port de bras. Простая танцевальный шаг (шаг из носка). Поклон. Pas польки вперед. Temps saute по VI позиции. Pas de bourree suiwi по VI позиции.

Форма контроля: устный опрос, показ позиций.

4. Элементы партерной гимнастики.

Теория. Ознакомление воспитанников с упражнениями для развития подвижности суставов, укрепления мышц, развитие дыхания, гибкости и растяжки.

Практическая работа. Выполнение упражнений в положении стоя: наклоны, повороты, круговое вращение головой; поднятие и опускание плеч (поочередно и вместе); круговое вращение плечами вперед, назад; круговое вращение запястьями, локтевыми суставами, руками вперед и назад; наклоны вперед, пружинные наклоны с маленькими шагами вперед

и назад. Свинговые движения бедрами, круговые движения тазобедренными суставами, "восьмерки"; приседание по широкой II позиции ног; наклоны в сторону; приседание; круговые движения торсом, руки в замке над головой; приседание по широкой II позиции ног, пружинные приседания; выпады вперед, пружинные движения для растяжки; degage по II позиции ног; подтягивание противоположного колена и локтя; eleve по VI позиции ног; прыжки по VI позиции ног на двух ногах, поочередно на одной, крест-накрест, одной вперед, другой назад; бег с поднятием согнутых ног.

Форма контроля: устный опрос, показ позиций. Выполнение упражнений на полу для укрепления мышц пресса, спины, мышц ног, для гибкости и растяжки.

5. Работа над этюдами

Теория. Тренировка суставов и мышц ребенка. Выработка правильной осанки, опоры, выворотности берцового, тазобедренного, коленного суставов. Позы классического танца. Демонстрация основных поз и позиций.

Практическая работа. Выполнение этюдов на основе классического танца.

Форма контроля: выполнение композиций из отдельных движений.

6. Итоговое занятие

Практическая работа. Итоги работы творческого объединения, отчетный концерт. Награждение лучших учеников.

Форма контроля: тестирование, исполнение изученных позиций.

Содержание программы, 2 год обучения

1. Вступительное занятие. Инструктаж по ТБ.

Теория. Цель, задание и содержание работы творческого объединения. Организационные вопросы. Техника безопасности.

Форма контроля: беседа.

2. Экзерсис около станка.

Теория. Основные элементы экзерсиса около станка. Правила движения около станка.

*Практическая работа***.** Повторение и изучение элементов экзерсиса около станка. Battement tendu из V позиции во всех направлениях. Battement tendu из demi - plie из V позиции во всех направлениях. Battement tendu из demi - plie по II позиции без перехода из опорной ноги. Battement tendu jete по V позиции во всех направлениях. Battement tendu jete - batancoir. Battement fondu. Battement frappe et double frappe. Battement tendu plie -soutenu из V позиции . Petit battement sur le coup - de -pied. Battement developpe, Battement releve lent, Grandbattement jete на 90 градусы в сторону. Наклоны корпуса.Pas de bourree simple. Temps saute в V позиции. Pasenchappe в II позиции.

Форма контроля: устный опрос, показ позиций.

3. Экзерсис на середине зала.

Теория. Элементы экзерсиса на середине зала. Положение и техника исполнения епольман (круазе, еффасе). Законы равновесия в позах классического танца. Движения-связки (pas de bourree). Закономерности координации движений рук в port de bras. Типы координационных движений (однонаправленные, разнонаправленные, одновременные, разновременные). Типы прыжков (из двух на две, из двух на одну, из одной на две ноги). Техника прыжков.

Практическая работа. Изучение новых элементов экзерсиса на середине зала. Battement tendu : из V позиции; demi - plie по II позиции; Battement tendu jete поV позиции в сторону. Demi rond de jambe par terre endehors et en dedans. Battement frappe . Battement fondu. Releve на полупальцы в V позиции : с вытянутых ног; издemi - plie. Маленькие позы croise et efface вперед. II portde bras. Pas de bourree simple с изменением ног. Pas польки в сторону в повороте. Pas вальса назад в повороте. Allegro. Temps saute в V позиции en face. Pas enchappe по II позиции en face. Changement de pied.

Форма контроля: устный опрос, показ позиций.

4. Элементы партерной гимнастики.

Теория. Упражнения для развития подвижности суставов, укрепления мышц, дыхания, гибкости и растяжки.

*Практическая работа***.** Выполнение упражнений в положении, стоя: наклоны, повороты, круговые вращения председателем; поднятие и опускание плеч; круговые вращения плечами, запястьями, локтевыми суставами, руками; растяжка; наклоны вперед, пружинные наклоны с маленькими шагами вперед и назад; свинговые движения бедрами; круговые движения тазобедренными суставами, "восьмерки"; приседание по широкой II позиции ног, наклоны в сторону; приседание: круговые движения торсом; пружинные приседания. Выпады; пружинные движения; приседание на одну ногу; degage по II позиции ног; releve по VI позиции ног с поочередным изменением ноги; прыжки по VI позиции ног; бежал с поднятием ног.

Форма контроля: устный опрос, выполнение упражнений на полу для укрепления мышц спины, пресса, мышц ног, для гибкости и растяжки.

5. Постановочная работа, репетиции.

Теория. Объединение движений в вариации. Образ в танцевальных движениях. Взаимодействие с партнером.

*Практическая работа***.** Создание этюдов на основе изученных движений на заданную тематику.

Форма контроля: устный опрос, работа над техникой и музыкальностью выполнения комбинаций, синхронностью выполнения движений и рисунков.

6. Работа над этюдами.

Теория. Тренировка суставов и мышц ребенка. Выработка правильной осанки, опоры, выворотности берцового, тазобедренного, коленного суставов. Позы классического танца. Демонстрация основных поз и позиций.

Практическая работа. Выполнение этюдов на основе классического танца.

Форма контроля: устный опрос, Выполнение композиций из отдельных движений.

7. Итоговое занятие.

Практическая работа. Итоги работы творческого объединения, отчетный концерт. Отмечание лучших учеников.

Форма контроля: тестирование, отчетный концерт.

Раздел 5. ВОСПИТАНИЕ

Цель: создание благоприятной среды для воспитания разносторонне развитой личности и создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения и самореализации, максимального удовлетворение потребности в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Задачи:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Основные целевые ориентиры воспитания:

- воспитание личности гражданина
- патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов; развитие чувства ответственности и гордости за достижения страны;
- формирование толерантности, чувства уважения к другим народам, их традициям.
- формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.
- развитие способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни; формирование интеллектуальную культуру обучающихся, развивать их кругозор и любознательность.
- использование педагогических технологий и методических приемов для демонстрации учащимся значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах; обучение ОБЖ; воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- формирование у учащихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм».
- формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни; формирование активной педагогической позиции родителей; активное участие родителей в воспитании детей.
-формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Основной формой воспитания и обучения детей является учебное

занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы учащиеся привлекаются к участию в мероприятиях города, учреждения, объединения: благотворительных акциях, творческих концертах, беседах, в конкурсных программах различного уровня.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня личностных достижений обучающихся привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

Календарный план воспитательных мероприятий

№	*Наименование мероприятия*	*Срок проведения*	*Отметка о выполнении*
	Работа с обучающимися		
1	Контроль уровня воспитанности обучающихся, социально-психологического климата коллектива	Постоянно	
2	Контроль за посещением занятий учащимися	Постоянно	
3	Беседы: – Безопасность дорожного движения. – Здоровый образ жизни. – Антитеррористическая безопасность. – Информационная безопасность в сети Интернет. – О правилах поведения при поступлении сигнала «Воздушная тревога!». – О необходимости сообщать родителям, законным представителям о своем местонахождении при выходе из дома. – О запрете поднимать на улице, в общественных местах бесхозные вещи и предметы. – О правилах поведения с незнакомыми людьми при появлении их возле двери квартиры, дома и на улице. – О безопасном использовании пиротехнических изделий. – О правилах электробезопасности и обращения с газовыми приборами в быту. – О правилах поведения на льду на водных объектах. – О правилах безопасного нахождения дома возле открытых окон. – О запрете нахождения несовершеннолетних вблизи и на объектах незавершенного строительства.	Сентябрь Октябрь Ноябрь Декабрь Январь Февраль	

№	*Наименование мероприятия*	*Срок проведения*	*Отметка о выполнении*
	– Об опасности разжигания костров и порядке действий в случае пожара. – О запрете курения, распития спиртосодержащей продукции с разъяснением норм действующего законодательства Российской Федерации (с обучающимися старше 12 лет). – О безопасном поведении во дворах. – Симферополь в годы ВОВ. – Марш Великой Победы. – Азбука здоровья. – О правилах безопасного передвижения на велосипедах и средствах индивидуальной мобильности, световозвращающих элементах. – Поведение и правила безопасности во время летних каникул	Март Апрель Май	
4	Занятия с обучающимися по действиям при возникновении угрозы вооруженного нападения и пожара	Октябрь	
5	Анкетирование учащихся	Март	
Участие в мероприятиях и конкурсах			
1	День Знаний	Сентябрь	
2	День Учителя	Октябрь	
3	Участие в конкурсе «Крым в сердце моем» в номинации «Вокальный звездопад»	Ноябрь	
4	Новый год стучится в дверь	Декабрь	
5	День защитника Отечества	Февраль	
6	8 марта	Март	
7	Поют дети России	Март	
8	Весна - красна	Апрель	
9	Памяти верны	Май	
Работа с родителями			
1	Информирование родителей о работе кружка	Сентябрь	
3	Анкетирование родителей	Март	
4	Индивидуальные беседы	В течение года	
5	Проведение консультаций на разнообразные темы	В течение года	
6	Родительские собрания: - Организация учебно-воспитательного процесса. Знакомство с локальными актами образовательного учреждения об организации учебно-воспитательного процесса. - Итоги работы кружка. Об использовании ремней безопасности и детских удерживающих устройств, при перевозке детей личным автотранспортом.	Сентябрь Май	

Раздел 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

− *предметным*, фиксирующим предметные и метапредметные (общеучебные) знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы;

− *личностным*, выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в детском объединении.

Предметные:

По окончанию ***1 года обучения*** обучающиеся должны знать:

- план класса (8 точек);
- терминологию в классическом танце на французском языке;
- порядок движений в экзерсисе уметь различать и выполнять;
- опорную ногу от работающей ноги;
- 5 позиций ног;
- 3 позиции рук и подготовительное положение;
- вытянутую и сокращенную стопу.

Должны быть сформированы:

- правильная постановка корпуса, рук, ног, головы на простейших упражнениях

классического тренажа;

- элементарные навыки координации движений;
- навыки для изучения заносок;
- навыки выразительности;
- умения работать в ускоренном темпе.

Должны знать и уметь выполнять следующие движения:

- по окончанию ***1 года обучения*****:** I, II, III позиции ног. Demi - plie в I, II, III позициях. Battement tendu : из I позиции в сторону; из III позиции в сторону. Battement tendu из demi - plie: из I позиции во всех направлениях; из III позиции в сторону. Battementjete в сторону, вперед. Passe par terre. Releve на полупальцы в I, II, III позициях: с вытянутых ног; из demi -plie. Temps saute в VI позиции. I, II, III позиции рук. Releve на полупальцы в И, II, позициях: с вытянутых ног; из demi - plie. И port de bras. Простая танцевальный шаг (шаг из носка). Поклон. Pas польки вперед. Temps saute по VI позиции. Pas de bourree suiwi по VI позиции; V позиция ног. Demi - plie по Vпозиции. Grand plie по I, II позициях. Battement tendu из V позиции в сторону. Battement tendu из demi - plie из V позиции в сторону. Battement tendu jete из V позиции в сторону. Rond de jambe par terre: en dehors; en dedans. Battement frappe носком в подлоге в сторону. Releve на полупальцы в V позиции : с вытянутых ног; из demi - plie. Положение ноги sur le coup -

de - pied: основное; условное. Battement retire из V позиции в положении ноги sur le coup - de - pied et passe. Pas balance. Temps sautев I, II позициях;
По окончанию ***2 года обучения*** обучающиеся должны знать:
- названия новых движений.
Должны быть сформированы;
- более свободное владение корпусом, головой и, особенно, руками;
- новые темпы adagio и allegro;
- новая техника движений с поворотами;
- выносливость и сила за счет ускорения темпа и увеличения количества движе- ний в упражнении;
- художественная окраска и выразительность исполнения.
Должны знать и уметь выполнять следующие движения: Battement tendu из V позиции во всех направлениях. Battement tendu из demi - plie из V позиции во всех направлениях. Battement tendu из demi - plie по II позиции без перехода из опорной ноги. Battement tendu jete по V позиции во всех направлениях. Battement tendu jete - batancoir. Battement fondu. Battement frappe et double frappe. Battement tendu plie -soutenu из V позиции . Petit battement sur le coup - de -pied. Battement developpe, Battement releve lent, Grandbattement jete на 90 градусы в сторону. Наклоны корпуса.Pas de bourree simple. Temps saute в V позиции. Pasenchappe в II позиции; demi - plie по II позиции; Battement tendu jete поV позиции в сторону. Demi rond de jambe par terre endehors et en dedans. Battement frappe . Battement fondu. Releve на полупальцы в V позиции : с вытянутых ног; издemi - plie. Маленькие позы croise et efface вперед. II portde bras. Pas de bourree simple с изменением ног. Pas польки в сторону в повороте. Pas вальса назад в повороте. Allegro. Temps saute в V позиции en face. Pas enchappe по II позиции en face. Changement de pied.

Метапредметные результаты обучения будут охарактеризованы:
– повышением уровня культурного развития личности, развитием учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации);
– высокой степенью развития коммуникативности и эмпатии;
– владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления;
– развитием учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).
Личностные результаты будут охарактеризованы:
– проявлением трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости;
– навыками самооценки;
– ответственностью за собственный и коллективный результат;
– способностью справиться с конфликтной ситуацией;
– установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

Раздел 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Кадровое обеспечение.

Педагог, работающий по данной программе, имеет высшее профессиональное педагогическое образование, знает специфику дополнительного образования. Владеет базовыми навыками работы с компьютерной техникой и программным обеспечением, базовыми навыками работы со средствами телекоммуникаций (системами навигаций в сети Интернет, навыками поиска в сети Интернет, электронной почтой и т.д., иметь навыки и опыт обучения и самообучения с использованием цифровых образовательных ресурсов. Обладает компетенциями в соответствии с требованиями профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Материально-техническое обеспечение.

Танцевальный зал для проведения занятий, зеркала, станки, коврики для занятий партером, мячи, скакалки, обручи, помещение для переодевания, музыкальный центр, выход в интернет, сценические костюмы.

Методическое обеспечение.

Сопровождение образовательного процесса может осуществляться в следующих режимах: онлайн-тестирование, онлайн-консультации, предоставление методических материалов.

При отсутствии доступа к электронным образовательным ресурсам (отсутствие Интернета, компьютера или иные причины) обучающийся может получить задание обратившись к педагогу в телефонном режиме.

Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек гимнастический купальник, для занятий, юбка, колготки, балетки, туфли).

Методики: создание детских объединений внутри коллектива - групп консультирования; привлечение к работе, связанной с проведением различного вида мероприятий, выступлений.

Методы обучения:

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со

звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация;

Формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая, групповая;

Возможные формы организации учебного занятия: теоретические, практические, комбинированные занятия, конкурсы, концерты, открытые уроки, фестивали, встречи с профессиональными хореографами.

- словесный: рассказ, беседа, объяснение;
- наглядный: демонстрация;
- практический: упражнение, репетиция, работа над ошибками.

Педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности.

Алгоритм учебного занятия: подготовка зала к проведению занятия, подготовка необходимого инвентаря; организационный момент (приветствие, настраивание на совместную работу, актуализация опорных знаний); теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала); практическая часть - закрепление изученного материала (выполнение заданий по теме); окончание занятий (рефлексия, подведение итогов). Урок современного танца состоит из

следующих этапов: 1. Разогрев Главная задача этого этапа урока – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис plie, tends, jets и т.д., а также наклоны и повороты торса. 2. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела) Основная цель этого этапа урока – добиться достаточной свободы тела и изолированности движений, что достаточно сложно, т.к. анатомически все центры тесно связаны. 3. Упражнения для позвоночника: release (расширение, распространение), contractions (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали. Основой техники танца модерн служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока – развить у учащихся подвижность во всех его отделах. 4. Уровни Задачи уровней во время уроков многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно исполнять движения стрейч-характера, т.е. растяжки. В уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на Contraction и Release. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию. 5. Кросс (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения. 6. Усложненная координация (2,3,4 центра в одновременном параллельном движении). Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально нужно распределить правильно внимание между движениями двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, а все внимание уделяется движению другого центра. 7. Танцевальные комбинации или импровизация: лирического и динамического характера. Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

Методические и дидактические материалы: методическая и специальная литературы по классическому танцу; видеоматериалы: открытых уроков и хореографических номеров профессиональных коллективов;

Учебно-методическое и *информационное обеспечение* включает в себя перечень используемого дидактического материала, современных источников отражены в разделе «Литература для педагога», нормативно-правовые акты и документы, отражены в Пояснительной записке; основная и дополнительная литература. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Для повышения интереса занимающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий. Большое внимание на занятиях уделяется работе

над ошибками, активности и самоконтролю своего поведения. Основной формой проведения занятий является комбинированное занятие. В рамках одного занятия, используется столько форм и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленных цели и задач.

Наглядный материал следующих видов:

1) *схематический или символический* (схемы, рисунки, плакаты);
2) *картинный и картинно-динамический* (иллюстрации, фотоматериалы);
3) *звуковой* (аудиозаписи);
4) *смешанный* (видеозаписи);

дидактические пособия (вопросы и задания для устного опроса, тесты, практические задания).

Информационно-телекоммуникационное обеспечение.

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://horeograf.ucoz.ru/blog/metodika_raboty_s_detmi_metodicheskoe_posobie_q uot _ot_ritmiki_k_tancu_quot/- о методике партерного экзерсиса- «Методика работы с детьми. Методическое пособие «От ритмики к танцу». (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: Материал из Википедии — свободной энциклопедии- http://ru.wikipedia.org (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: www.horeograf.com. Сайт посвящен хореографам и танцорам. (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html. Методические и дидактические разработки по хореографии. (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://horeograf.ucoz.ru/blog. Музыка для танцев, развивающие игры для детей,гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа. 8.http://purpeulybka.ucoz.ru/load/velikie_tancory_khoreografy_i_baletmejstery_ko mplekt_plakatov/ Великие танцоры, хореографы и балетмейстеры (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.gallery.balletmusic.ru - Танец от древнейших времен до наших дней: виртуальная галерея (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.balletmusic.ru - Balletmusic: Балетная и танцевальная музыка (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.russianballet.ru Журнал «Балет» (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.horeograf.com Сайт содержит обширные подборки упражнений в разделе «Фонотека», методических материалов, записей вебинаров и семинаров для хореографов (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.josuonline.com(CD для танца и балетного класса) (дата обращения: 18.04.2026).

/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.horeograf.com(все для хореографии и танцоров) (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://sov-dance.ru/ - Национальная Академия Современной хореографии (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // : [сайт]. — URL: http://www.ballet.classical.ru/- Маленькая балетная энциклопедия (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // (Сборники А. Стрельниковой) : [сайт]. — URL: https://baletnik.nethouse.ru (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // (сборники по хореографии и танцам) : [сайт]. — URL: http://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatelnayatematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // Веселая зарядка – Видео с танцевальными движениями : [сайт]. — URL: https://www.youtube.com/watch?time_continue=31&v=3ILs_uu5arQ&feature=em b_logo (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // Мастер-класс «Базовые элементы танцевального направления «Хип-хоп культура» : [сайт]. — URL: https://www.youtube.com/watch?v=h9vCMcNTMLo (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // Канал «Живи!». Видео занятия «Танцы для детей» (25 уроков) – (Тренер Максим Юров Динамичный проводит обучающий курс для детей от 8 до 15 лет. Помогает сделать первые шаги в освоении модных танцевальных направлений: хип-хоп, регги-данс-холл, джаз) : [сайт]. — URL: https://www.youtube.com/playlist?list=PLaqY_eh_i59oZqm2Ah546aGs_DKvgnq3 (дата обращения: 18.04.2026).
/ [Электронный ресурс] // Видео уроки по хип-хопу, тренер Д. Никитин (7 видео уроков по хипхопу: базовые движения. 3 вида кача: коленями, тазом и корпусом, совмещение простейших передвижений с базовым качем, раннинг мен, крис крос, роджер реббит) : [сайт]. — URL: https://dancedb.ru/hip-hop/education/video/382/#tempVideo (дата обращения: 18.04.2026).

Раздел 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2021.
2. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2021.
3. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2023.
4. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2016.
5. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2023.
6. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 2019.
7. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 2023.
8. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2016.
9. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2021.
10. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2021.
11. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-спорт, 2022.
12. Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2023.
13. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия. – 2023.
14. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2021.
15. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Изд-во ГИТИС, 2023.
16. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.:Феникс, 2019.
17. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.– М.: Владос, 2023.
18. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. - М.: Линка – Пресс, 2016.
19. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Издво госуниверситета, 2024.
20. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ : Астрель, 2019.
21. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2021.
22. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб: Речь, 2023.

Литература для обучающихся

1. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 2021.
2. Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 2019.
3. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2022.
4. Макдональд Ф. Одежда и украшения. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2022.
5. Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 2018.
6. Миловский А.С. Скачи, добрый единорог. – М.: Дет.лит, 2020.
7. Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 2025.
8. Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и костюме. – Ростов-на–Дону: Феникс, 2016.
9. Танцуем, играем и поём // Молодёжная эстрада, № 1, 2021.

Литература для родителей

1. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. – М: Искусство, 2017.
2. Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2021.
3. Бакланова Т.И. Музыка для детей: музыкальные путешествия и встречи. В гостях у народов России. – М.: АСТ-Астрель, 2019.
4. Кристерсон Х. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 2023.
5. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 2018

Раздел 9. ПРИЛОЖЕНИЯ

9.1. Оценочные материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Балет»

Критерии оценивания выступления:

Отлично	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения.
Хорошо	Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном).
Удовлетворительно	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
Неудовлетворительно	Комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного материала.

Список вопросов для проверки знаний

1 год обучения:

Что такое demi-plié?

Расскажите правила исполнения demi-plié. Охарактеризуйте основные ошибки.

Сколько подготовительных позиций рук вы знаете?

Сколько позиций рук в классическом танце?

Какое действие подразумевается при исполнении rond de jambe par terre?

Как с французского языка переводится термин «passé»?

Какое основное предназначение battement tendus в экзерсисе классического танца?

Какие функции кисти (кистей) рук, положение allongée, arrondie?

Из какой позиции ног изучается pas de bourrée с переменой ног en dehors et en dedans?

Что нужно ощущать при правильно вытянутой стопе?

Как называется округлое положение рук в классическом танце?

Как называется в классическом танце подготовка к началу исполнения движения?

Из скольких прыжков состоит движение pas échappé?

Как называется положение, при котором фигура танцовщика расположена (по диагонали) в пол оборота к зрител?

Сколько позиций ног в классическом танце?

Что развивает rond de jambe par terre?

Что означает термин relevé?

Какова особенность исполнения battement soutenu?

2 год обучения:

Перечислите и покажите, основой, каких движений классического танца является положение ноги sur le cou-de-pied?

Какова роль Battement fondu в экзерсисе классического танца?

На сколько точек разделяется пространство учебного зала?

В каком положении находится голова при исполнении battement tendu в сторону при условии, что движение исполняется боком к станку?

В каком суставе происходит движение рабочей ноги при исполнении petit battement sur le cou-de-pied?

Что такое Préparation?

Что такое En face?

Как с французского переводится double?

В какой позиции ног при исполнении grand plié пятки от пола не отрываются?

Как переводиться термин battement fondu?
Что подразумевается под термином «port de bras»?
Какая последовательность экзерсиса у станка?
В какое положение необходимо сделать «первый удар» при исполнении battement frappé вперед?
Как называется положение фигуры в пол оборота к зрителю со скрещенными линиями в позе танцующего?
Что такое arabesque?
Сколько видов поз arabesques существует в классическом танце?
Что является особенностью исполнения pas assemblé?
Как называется прыжок в классическом танце, особенностью которого является «собирание» ног в V-ю позиции в воздухе?
Как называются непрерывные мелкие переступания с ноги на ногу на полупальцах и пальцах в V-ой позиции?
В каком положении находится голова при исполнении demi-plié в préparation к rond de jambe par terre у станка?
Какой термин употребляют для обозначения устойчивости в классическом танце?
Как переводится название прыжка pas assemblé?
Термин petit в переводе с французского языка?
Каково определение понятий «апломб», «вертикальная ось», положение корпуса «над ногами»?
Что означают понятия «ведущая рука», «подхват»?
Какова технология исполнения прыжков: толчок, взлет, приземление (завершение). Последовательность изучения прыжков?
Какая роль demi-plié при исполнении прыжков. Влияние строения ахилла на качество и высоту прыжка. Определение понятий баллон и элевация?
Какие есть приемы развития и сохранения выворотности?
Какие эстетические и «рабочие» качества стопы?

Критерии оценки проверки знаний:

Отлично	Обучающийся продемонстрировал прочные, системные теоретические знания и владение практическими навыками в полном объеме, предусмотренном программой.
Хорошо	Обучающийся продемонстрировал хорошие теоретические знания и владение практическими навыками в объеме, предусмотренном программой. Допускаемые при этом погрешности и неточности не являются существенными и не затрагивают основных понятий и навыков.
Удовлетворительно	Обучающийся допустил существенные погрешности в теории и показывает частичное владение предусмотренных программой практических навыков.
Неудовлетворительно	Обучающийся в процессе ответа допускает большие погрешности в теории и практике, показывает незнание основ

9.2. Методические материалы к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Балет»

1 **РЕЛЕВЕ**
(ПОДЪЕМ НА ПОЛУПАЛЬЦЫ)

Исходная позиция почти для всех упражнений в Body Ballet – это классическая 1-я позиция в балете: пятки вместе, носки врозь. Вес тела равномерно распределен между обеими ногами, спина прямая, плечи опущены. Руки разведи в стороны и на четыре счета (раз – два – три – четыре) поднимись с пяток на цыпочки. Так же на четыре счета опустись. Сделай 3 подхода по 8 повторений. Ты укрепляешь икроножные мышцы, щиколотки, ягодицы, формируешь правильную осанку.

2 ДЕМИ-ПЛИЕ
(ПРИСЕДАНИЯ)

Займи 1-ю позицию или 2-ю, когда расстояние между пятками равно примерно длине стопы. Твоя задача – на четыре счета присесть как можно ниже, при этом не отрывать ступней от пола и следить за тем, чтобы колени смотрели в сторону носков. А чтобы легче было удерживать равновесие, прямые руки с опущенными плечами разведи в стороны. Выполни 2 подхода по 8 повторений. У тебя становятся эластичными связки, подвижными тазобедренные суставы, укрепляется ахиллово сухожилие.

3 РАСТЯЖКА

Прямую ногу положи на стол или спинку стула под углом 90 градусов. Медленно наклоняйся вперед, стараясь пальцами рук дотянуться до носков. Удерживай наклон не меньше минуты, затем поменяй ногу и повтори упражнение. В результате ты растягиваешь заднюю поверхность бедра. Если наклоняться корпусом вбок, то в работу включаются и мышцы корпуса.

4 ГРАЦИЯ

Стоя в первой позиции, «выровняй» себя: подтяни живот, расправь плечи, направь копчик внутрь, чтобы тазобедренные кости смотрели точно вперед и со стороны ты смотрелась прямой как струнка. Руки свободно опусти вдоль туловища. Сначала прямую правую ногу с вытянутым носком отведи назад 8 раз, потом столько же раз – левую. Старайся отводить ноги как можно дальше, сохраняя при этом прямой корпус. Всего сделай по 4 подхода на каждую ногу. Ты улучшаешь осанку, укрепляешь ягодичные мышцы и пресс.

5 ПРЫЖОК «САТТЕ»

Из первой позиции переходи в деми-плие. Отталкивайся пятками от пола, выпрямляя в прыжке колени и вытягивая носки. Возвращайся в первую позицию, наступая на пятки мягко, как кошка, чтобы исключить ушиб.
У тебя становятся еще крепче ягодицы, еще лучше осанка, еще больше выносливость организма.

ПОЗИЦИИ РУК И НОГ В КЛАССИЧЕСКОМ ТАНЦЕ ПОЗИЦИИ РУК

подготовительная

Руки вниз, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вверх. Большой палец внутри ладони

I – первая

Руки вперед, округленные в локтевом и лучезапястном суставах

II – вторая

Руки вперед в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонями внутрь

III – третья

Руки вперед кверху, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, ладонями внутрь

ВАРИАНТЫ ПОЛОЖЕНИЯ РУК

Правая рука в третьей позиции, левая рука во второй позиции

Правая рука вперед, ладонью вниз, левая рука назад, ладонью вниз

Правая рука во второй позиции, левая рука в подготовительной позиции

Правая рука в первой позиции, левая рука в подготовительной позиции

Правая рука в третьей, левая рука в подготовительной позиции

ПОЗИЦИИ НОГ

I – первая

Сомкнутая стойка носки наружу. Пятки сомкнуты, носки наружу. Ноги расположены на одной линии с равномерным распределением центра тяжести по всей стопе

II – вторая

Широкая стойка ноги врозь носки наружу. Ноги расположены друг от друга на одной линии на расстоянии одной стопы с равномерным распределением центра тяжести между стопами

III – третья

Правая приставлена к середине левой стопы (носки наружу)

IV – четвертая

Стойка ноги врозь, правая перед левой (на расстоянии одной стопы) носки наружу (выполняется с обеих ног)

V – пятая

Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу (правая пятка сомкнута с носком левой, выполняется с обеих ног)

VI – шестая

Сомкнутая стойка (пятки и носки сомкнуты)

ПЕРЕЧЕНЬ ЭЛЕМЕНТОВ ЭКЗЕРСИСА

Экзерсис – хореографические упражнения в установленной последовательности у опоры или на середине.

ПОВОРОТЫ НА 90°, 180°, 360°, 540°, 720°, 1080°.

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ОСНОВНЫМ ЭЛЕМЕНТАМ ЭКЗЕРСИСА

ДЕМИ ПЛИЕ, ГРАНА ПЛИЕ (ПОЛУПРИСЕД, ПРИСЕД)

Цель упражнения – развитие эластичности суставно-связочного аппарата и «выворотности» в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах. Упражнение способствует развитию прыгучести за счет растягивания ахиллесова сухожилия.

Полуприсед (деми плие)

Полуприсед выполняется по всем позициям. В этом упражнении пятки от пола не отрываются, тяжесть тела распределяется равномерно на обе ноги. Сгибание и разгибание ног выполняется плавно, без остановки, «выворотно», колени направлены в стороны, по линии плеч. Осанка прямая.

Присед (гранд плие)

Присед выполняется по всем позициям. Сначала плавно выполняется полуприсед, затем постепенно поднимаются пятки, а колени максимально сгибаются. При разгибании сначала опускаются на пол пятки, затем выпрямляются колени. При

поднимании пяток не подниматься высоко на полупальцы. Исключением является гранд плие по второй позиции, где пятки от пола не отрываются в связи с широкой позицией ног.

Сгибание и разгибание должно выполняться плавно, в одном темпе. Темп средний. Перед началом упражнения рука (если движение выполняется у станка) или обе руки (если движение выполняется на середине) из подготовительной позиции переводятся из подготовительной позиции через первую позицию во вторую. Затем с началом сгибания ног рука (или обе руки) опускается из второй позиции в подготовительную, а с началом разгибания ног рука снова переводится через первую позицию во вторую.

БАНТМАН ТАНДЮ (ВЫТЯНУТЫЙ)

(положение ноги на носок вперед, в сторону, назад)

Сгибание и разгибание стопы скольжением по полу до положения ноги на носок. Выполняется из первой или пятой позиции по трем направлениям: вперед, в сторону, назад.

Цель упражнения – научить правильно вытягивать ногу в нужном направлении, выработать силу и эластичность подъема (голеностопного сустава) и красивую линию ног.

Батман тандю (правая в сторону на носок)

Батман тандю вперед (правая вперед на носок)

Банман тандю назад (правая назад на носок)

Батман тандю вперед и назад выполняется по линии, строго перпендикулярной к туловищу, а в сторону – точно по линии плеча. При выполнении батман тандю сначала по полу скользит вся стопа, затем постепенно вытягиваются пальцы и подъем. Центр тяжести туловища на опорной ноге, носок от пола не отрывается.

Следить за тем, чтобы колени оставались предельно вытянутыми и обе ноги сохраняли «выворотность». В момент дотягивания ноги не должно быть упора на носок. При возвращении ноги в исходное положение стопа постепенно опускается на пол. Пятка опускается на пол только в исходной позиции.

При выполнении вперед скольжение начинается пяткой, а обратно стопа возвращается носком в ИП. При выполнении назад скольжение начинает носок, а обратно стопа возвращается пяткой в ИП.

4/4 , темп медленный. Позднее выполняется движение из затакта. Музыкальный размер ***-2/4,*** темп средний.

БАТМАН ТАНДЮ ЖЕТЕ (ВЗМАХ)

Вырабатывает силу мышц, красоту линии ног и четкость выполнения.

Небольшие четкие взмахи ногой в положение книзу и возвращение в исходное положение через батман тандю.

Выполняется по первой или пятой позиции по трем направлениям: вперед – книзу, в сторону – книзу, назад – книзу.

Батман тандю жете в сторону

(взмах правой в сторону – книзу)

Батман тандю жете вперед

(взмах правой вперед книзу)

Батман тандю жете назад

(взмах правой назад книзу)

Батман тандю жете выполняется так же, как и батман тандю, но при достижении положения на носок нога не задерживается, а взмахом продолжает движение, где фиксируется на высоте середины голени опорной ноги (45°). Обе ноги должны быть «выворотны», мышцы ног подтянуты, а во время взмаха подъем и пальцы работающей ноги должны быть предельно натянуты.

В ИП возвращается скользящим движением через положение на носок.

Музыкальный размер в начале разучивания – ***4/4*** или ***2/4,*** темп медленный. По мере усвоения упражнения взмах ноги выполняется из затакта, темп средний.

ГРАНД БАТМАН (ВЗМАХ ПРАВОЙ ВПЕРЕД, В СТОРОНУ, НАЗАД)

В этом положении нога находится как при выполнении больших батманов жете (взмахов), фиксированных на 90°, так и при медленном поднимании ноги – релеве лян.

Большие взмахи в воздух и возвращение в исходное положение выполняются по первой или пятой позициям по трем направлениям: вперед, в сторону, назад. Из исходной позиции нога взмахом поднимается в воздух, проходя по полу скользящим движением, как и в батман тандю жете, с фиксацией ноги на 90° (в дальнейшем выше), и возвращается скольжением через батман тандю в ИП. Следить за сохранением «выворотности» и натянутости колен, подъема и пальцев работающей ноги. Центр тяжести туловища перенести на опорную ногу. При выполнении большого взмаха вперед и в сторону туловище должно оставаться строго вертикальным. При выполнении взмаха назад разрешается незначительный наклон туловища вперед.

Музыкальный размер – ***4/4.*** В начале разучивания темп медленный. По мере усвоения взмах ноги выполняется из-за такта, темп средний, и увеличивается высота взмаха по трем направлениям: кверху, а затем вверх.

При выполнении релеве лян нога медленно поднимается вперед, в сторону или назад и так же медленно опускается в исходную позицию (через батман тандю). По мере усвоения высота также увеличивается, как в гранд батман кверху и вверх.

РОНД ДЕ ЖАМБ ПАРТЕР (КРУГОВОЕ ДВИЖЕНИЕ НОСКОМ ПО ПОЛУ)

Основная задача упражнения – развитие и укрепление тазобедренного сустава и необходимой «выворотности» ног.

Движение выполняется вперед – ан деор и назад – ан де дан.

Ан деор (наружу)

Из первой позиции скользящее движение вперёд на носок (батман тандю), сохраняя предельную «выворотность» и натянутость ног, переводится скольжением во вторую позицию до положения правая в сторону на носок, затем, сохраняя «выворотность» и натянутость, проводится назад на носок (батман тандю) и возвращается скольжением в исходную позицию

Ан дедан (внутрь)

При выполнении упражнения назад (ан дедан) нога из первой позиции скольжением отводится назад на носок, затем переводится скольжением в сторону на носок (до второй позиции), из второй позиции скольжением в положение правая вперед на носок (батман тандю) и возвращается скольжением в исходную позицию

Центр тяжести туловища сохраняется на опорной ноге. Работающая нога должна проходить «выворотно» все основные положения ног на носок в одном темпе. Через первую позицию нога проводится скользящим движением с обязательным опусканием на пол всей стопы.

Музыкальный размер 3/4, 4/4, темп средний.

ПОР ДЕ БРА (УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ТУЛОВИЩА И РУК)

Группа упражнений, развивающая гибкость тела, плавность и мягкость рук и координацию движений.

Здесь дана одна из форм пор де бра, заключающаяся в сгибании туловища вперед и разгибании его, наклоне туловища назад и возвращении в исходное положение.

Упражнение выполняется у опоры и на середине зала из пятой позиции в положении лицом (ан фас) или в полповорота (круазе, эфасе). Перед началом упражнения руки переводятся из подготовительной позиции через первую во вторую.

Пятая позиция ног, вторая позиция рук

Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу, правая пятка сомкнута с носком левой. Руки в стороны, округленные в локтевом и лучезапястном суставах ладонью вперед, большой палец внутрь.

Пятая позиция ног, третья позиция рук

Пор де бра вперед, руки в третьей позиции (наклон туловища вперед, руки вверх, округленные в локтевом и лучезапястном суставах).

Пятая позиция ног, первая позиция рук

Сомкнутая стойка правая перед левой, носки наружу, правая пятка сомкнута с носком левой. Руки вперед, округленные в локтевом и лучеза-пястном суставах ладонями внутрь.

Пор де бра назад, третья позиция рук

Наклон туловища назад, руки вверх, округленные в локтевом и лучезапястном суставах, поворот головы направо (наклон туловища назад выполнять только плечами назад, не расслабляя мышцы поясничного отдела).

Выполнять упражнение плавно, соблюдая точные позиции рук, сопровождая их движение взглядом и поворотом головы. Музыкальный размер-3/4, 4/4, темп медленный.

СЮР ЛЕ КУ АЕ ПЬЕ (ФИКСИРОВАННЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ СОГНУТОЙ НОГИ НА ЩИКОЛОТКЕ)

Положение ноги на щиколотке (сюр ле ку де пье) для выполнения батман фраппе, батман фондю, пти батман, ботю. Правая, согнутая слегка разогнутой стопой, находится над щиколоткой другой ноги, прикасаясь к ней наружной частью стопы. Пальцы отведены назад.

Положение сюр ле ку де пье выполняется впереди и сзади. В том и другом случае колено согнутой ноги должно быть «выворотно» и направлено точно в сторону по линии плеча.

Сюр ле ку де пье
(основное положение ноги на щиколотке впереди)

Сюр ле ку де пье
(основное положение ноги на щиколотке сзади)

Батман фраппе состоит из сгибания работающей ноги в положение сюр ле ку де пье и разгибания ее на носок на начальном этапе обучения, а по мере усвоения в положении книзу в группах УТГ-2,3, а в группах УТГ-4, СС, ВСМ – на полупальцах с опусканием в различные позы в положение на носок или книзу.

Сначала упражнение разучивается с разгибанием ноги в сторону, затем вперед и позднее назад лицом к опоре в медленном темпе. Необходимо следить за максимальной «выворотностью» ноги в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах.

Когда сгибание и разгибание ноги по всем трем направлениям будет освоено, то сгибание ноги будет выполняться из затакта с акцентом на разгибание ноги.

Музыкальный размер – ***2/4,*** темп средний.

Сначала разучивается только положение сюр ле ку де пье впереди и сзади. Нога из пятой позиции фиксируется над щиколоткой другой ноги и снова опускается в пятую позицию. Это упражнение рекомендуется разучивать лицом к опоре. Необходимо следить за максимальной «выворотностью» ноги в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах, сохраняя правильную осанку и центр тяжести туловища на опорной ноге.

По мере усвоения положения ноги на щиколотке впереди и сзади разучивается смена положения впереди и сзади в медленном темпе, а по мере усвоения – в быстром темпе. Для разучивания дубль фраппе в группах УТГ-3, УТГ-4 на полупальцах и в сочетании с деми плие в позы.

Положение ноги на щиколотке (сюр ле ку де пье) для выполнения батман фондю. Данное упражнение заключается в сгибании ноги в положение сюр ле ку де пье с вытянутым «подъемом», одновременным полуприседом на опорной ноге и разгибанием работающей ноги на носок или книзу в одном из трех направлений.

Сюр ле ку де пье
впереди (условное положение ноги на щиколотке впереди)

Сюр ле ку де пье
сзади (условное положение ноги на щиколотке сзади)

Сначала разучивается только положение сюр ле ку де пье впереди, затем сзади. После этого разучивается полуприсед на опорной ноге и разгибание работающей ноги сначала в сторону, затем вперед и назад лицом к опоре

Музыкальный размер – ***2/4,*** темп медленный. Движение выполняется очень плавно.

Необходимо следить за «выворотностью» ног и за распределением центра тяжести туловища на опорной ноге. Когда движение хорошо усвоено, могут быть введены различные положения рук, особенно при выполнении упражнений на середине зала. В группе УТГ-3 разучивается дубль батман фондю, а в группах УТГ-4, СС, ВСМ упражнение выполняется на полупальцах.

ПАССЕ (ПЕРЕВОДЫ – «ВЫВОРОТНОЕ» ПОЛОЖЕНИЕ СОГНУТОЙ НОГИ ВПЕРЕДИ, В СТОРОНУ И СЗАДИ, НОСОК У КОЛЕНА).

ДЕВЕЛОПЕ (СГИБАНИЕ И РАЗГИБАНИЕ НОГИ НА 90° И ВЫШЕ)

Упражнение развивает «выворотность» в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах и является подводящим упражнением для выполнения девелопе.

Пассе для выполнения девелопе вперед

Стойка на левой, правая согнута у колена носок впереди.

Пассе для выполнения девелопе назад

Стойка на левой, правая согнута в сторону, носок у колена сзади.

Пассе для выполнения девелопе в сторону

Стойка на левой, правая согнута в сторону, носок у колена в сторону.

Если нога будет разгибаться вперед, то из исходной позиции она переводится из положения сюр ле ку де пье впереди. Если же нога разгибается назад, – из положения сюр ле ку де пье сзади.

Затем работающая нога скользит по опорной ноге вверх (но не касаясь ее) и раскрывается в требуемом направлении. Если нога разгибается в сторону, то, немного не доводя носок до колена опорной ноги, ее нужно перевести на внутреннюю часть опорной ноги и затем разогнуть.

При выполнении необходимо следить за «выворотностью» бедра, натянутостью подъема и пальцев.

Когда пассе будет хорошо усвоено, вводится вторая часть движения – разгибание ноги в одном из трех направлений вперед, в сторону, назад. Сначала девелопе разучивается в сторону, затем вперед и позднее назад. В сторону и назад разгибание ноги разучивается лицом к станку. Движение выполняется плавно. Необходимо следить за «выворотностью» ноги во время ее разгибания и возвращения в исходное положение. Музыкальный размер -3/4, 4/4, темп медленный. При выполнении на середине могут быть даны различные повороты туловища и положения рук. Положение пассе может быть применено и при переводе ноги из одной позы в другую.

Девелопе выполняется из пятой позиции в группах УТГ-3, УТГ-4, СС, ВСМ в положении кверху, а по мере усвоения вверх в трех направлениях и на полупальцах, в позы, в сочетании с элементами избранного вида спорта.

В классической хореографии, как и в других танцевальных направлениях, существует свой набор терминологии. Особенность балета в том, что термины преимущественно взяты из французского языка. Изначально, во время зарождения этого искусства во Франции, названия заимствовались из итальянского, но уже в начале 18 века, лексикон балета развивался и основывался на французских терминах. Из итальянских слов в терминологии остались лишь:

- пируэт (полный поворот на 360 0 всего тела на одной ноге);
- кабриоль (прыжок, при выполнении которого танцовщик подбивает одну ногу другой);
- револьтад (прыжок, во время которого одна нога переносится через другую и выполняется поворот).

Большая часть терминов подразумевает конкретное движение, которое выполняет танцор (вытягивание, сгибание, разгибание, скольжение, поднятие и пр.), некоторые акцентируют внимание на характере выполнения (торжественность, журчание и пр.), третьи определяют возникновение движения, например бурре. Некоторые названия не относятся ни к одной из категорий, например entrechatroyale (королевский прыжок в честь Людовика XIV) или sissonne (изобретено Франсуа де Руасси, графом Сиссонским, в 17 веке).

Чтобы понимать язык классической хореографии, предлагаем ознакомиться со словарем балетной терминологии.

3. А - Е

- ***Адажио*** (с итальянского adajio переводится как «медленно», «спокойно»). Часть танца, которая выполняется медленно под спокойную музыку. Понятие используется не только в смысле музыки, но и:
  - Отдельного танца, или части музыкально – хореографической постановки, которые выполняются одним, двумя или более солистами. Наиболее распространено адажио в исполнении дуэта;
  - Для экзерсиса – упражнения у хореографического станка или в центре зала, которые состоят из набора поз и упражнений, поворотных элементов, наклонов в спокойном ритме. Задача адажио – выработать устойчивость, выразительность, музыкальность, гармонию и плавные переходы от одного движения к другому;

Аллегро (allegro в итальянском значит скоро, ловко, быстро) – набор упражнений в центре зала, который состоит из прыжков разной высоты и скорости;

- ***A laseconde*** (буквальный перевод – во вторую) – работающая нога переводится (открывается) в сторону на носок, или поднимается на высоту; в этой позе работающая нога открыта носком в пол или поднята;
- ***Aplomb*** (равновесие) – умение танцовщицы стоять в той или иной позе на одной ноге на протяжении долгого времени;
- ***Арабеск*** (итал. arabesco – арабский) – одно из основных движений в классической хореографии. Во время его выполнения работающая нога вытягивается в колене и открывается назад с вытянутым в пол носком, или поднимается вверх. Положение рук allongee, взгляд устремляется вдаль, что придает позе грациозности и выразительности. Арабеск символизирует ускользающую мечту, это лейтмотив Жизель или Сильфиды – популярных романтических героинь. Во время выполнения упражнения опорная нога может полностью стоять на стопе, полупальцах/пальцах, быть вытянутой или согнутой в колене. Иногда выполняется с упором на колено и отводом второй ноги. Если поза выполняется в прыжке, то положение ноги может разным (строго перпендикулярно полу, выбрасывание вперед и пр.). Русская балетная школа разделяет арабеск на четыре типа. Первые два – открытые (arabesque effacee),

третий и четвертый – закрытые (arabesque croisee).Старая балетная школа выделяла еще пятый тип арабеска, в котором корпус наклонялся, а руки поднимались вперед allongee. Arabesque penchee – поза, при которой корпус наклоняется вперед, чтобы работающая нога могла подняться максимально высоко;

- ***Attitude*** (поза, позиция):
  - Является одной из основных позиций в классической хореографии. Во время исполнения работающая нога сгибается в колене и поднимается назад на высоту. Опорная нога может стоять на стопе, пальцах или полупальцах, руки в позиции allondie. Фигура является основой для большого прыжка. Для ее выполнения, как и арабеска, нужна сильная и гибкая спина. Если аттитюд выполняется вперед, согнутая в колене нога поднимается вперед, а пятка должна быть выше уровня колена. Это лейтмотив горделивых героинь, например Авроры (балет «Спящая красавица»).
  - В широком понимании аттитюд является любой позой, которую принимает танцовщик или танцовщица;
- ***Assemble, pas*** (глагол assembler -собирать). При выполнении этого движения работающая нога может открываться в любом направлении носком в пол, либо в воздух, при этом танцовщица одновременно приседает на опорной ноге. Затем рабочая нога ставится в 5 позицию на пальцы или полупальцы. Движение оканчивается в demi-plie. Если фигура выполняется в прыжке, то ноги собираются в момент полета. Исполнение прыжка может быть разнообразным: на месте (бросок ноги на небольшую высоту, малый прыжок petit pas assemble), или с продвижением (сильный бросок ноги на 70-90 о, предельно высокий взлет grand pas assemble). В первом случае движение начинается с прыжка и броска ноги из 5 позиции. Для выполнения grand pas assemble всегда необходим подход, что позволит достичь максимальной высоты в прыжке. Чтобы удерживать равновесие, руки подхватываются в позицию и помогают прыжку. Дополнительные усложнения в виде заносок или двойных оборотов могут придать движению зрелищности и виртуозности. Главное отличие pas double assemble (исполняется на пальцах или полупальцах на малом прыжке) в том, что фигура выполняется дважды с одной и той же ноги. Если позиция исполняется в сторону, смена ног в 5 позицию выполняется в момент второго движения;
- ***Emboite, pas*** (буквальный перевод шпунтовый) фигура, которая выполняется со сменой ног и переносом веса тела с одной ноги на другую несколько раз подряд.

Petit pas emboite saute – прыжок на месте или с поворотом вокруг своей оси со сменой ног. При каждом исполнении рабочая нога поочередно приводится в surlecou-de-pied вперед или назад. Grand pas emboite saute исполняется с продвижением с одновременным выбрасыванием согнутых ног максимально высоко зачастую вперед или, реже, назад.

Pas emboite может выполняться в виде бега. При этом каждая гона поочередно выбрасывается в воздух (вперед или назад).

Petit pas emboite saute entournant является поочередными прыжками и одновременным поворотом на 180 о. В завершении подменная нога приводится в положение surlecou-de-pied. Исполняется движение с продвижением по прямой линии или по диагонали. Может быть выполнено по кругу в комбинации с другими поворотами.

Pas emboite sentournant выполняется на пальцах или полупальцах, вместо прыжка – шаги с одновременным поворотом. Согнутая в колене нога подводится в положении surlecou-de-pied до колена и выше.

- ***Enavant*** (вперед) – термин для определения положения передней ноги или продвижения танцовщика;
- ***Enarriere*** (назад) – этот термин используется для указания заднего положения ноги, или движения танцовщика назад;

- ***Endedans*** (внутрь) – указывает на направление вращения во время выполнения пируэтов, туров и движений, которые исполняются Entournant к опорной ноге;
- ***Endehors*** (наружу) - указывает на направление вращения во время выполнения пируэтов, туров и движений, которые исполняются Entournant от опорной ноги;
- ***Enl'air*** (в воздухе) – термин показывает, что в момент выполнения либо работающая нога, либо все тело находятся в воздухе;
- ***Entournant*** (в повороте) – термин указывает, что движение выполняется одновременно с поворотом корпуса;
- ***Enface*** (напротив) – исполнитель работает на зрителя, лицом в зрительный зал;
- ***Entree*** (вход) – выход артистов частями;
- ***Entrechat*** (антраша? – с итальянского intrecciato – плетеный, также используется для определения скрещенного прыжка) – прыжок по - вертикали с обеих ног. В момент исполнения ноги немного разводятся и соединяются в 5 позиции. Ноги не ударяются одна о другую, так как находятся в вывороtном положении от бедра;

4. B - V

- ***Balance, pas*** (глагол balancer - качать) –движение в любую сторону и с переступанием ног на месте, состоит из pastombe. По сути это pascoupe – упражнение с четкой фиксацией surlecou-de-pied, или без нее. Эффект покачивания создается благодаря легкому перегибу корпуса в талии и наклону головы. Зачастую выполняется подряд несколько раз с разных ног в любую сторону, при этом добавляются различные движения и переводы рук. Из-за того, что движение заимствовано в вальсе, исполняется в музыкальном размере?;
- ***Balancoire, battement*** (в буквальном переводе - качели) – движение, выполняемое подряд несколько раз с включением корпуса. Во время броска работающей ноги вперед или назад, корпус резко отклоняется в противоположном направлении. Французская балетная школа называет большие батманы grands battements encloche, что переводится как колокол;
- ***Ballon*** (мяч, воздушный шар) – так называют умение танцовщика зависать в воздухе в момент исполнения прыжка. Одновременно фиксируя различные фигуры;
- ***Ballonne, pas*** – прыжок на одной ноге с вытягиванием рабочей ноги и продвижением в любую сторону. Обе ноги возвращаются в позицию surlecou-de-pied;
- ***Ballot e, pas*** (глагол ballotter - качать) – прыжок, в котором одна нога закрывается и подбивает другую. При этом наклон корпуса придает эффект качания;
- ***Battements*** (удар, биение) – движения в классической хореографии, которые направлены на разработку силы, выворотности суставов, резкости и эластичности мышц, а также на координацию;
  - Battements Tendus (тянуть): Battement tendu jete (jeter - выбрасывать на 45°), Battement tendu pourbatterie (подготовка к заноске), Grand Battement Jete (выбрасывать выше 90°), Grand Battement Jete pointe, Grands Battements Jete balance;
  - Battements releve lent (в адажио).
  - Battements sur le cou-de-pied: Battement frappe (frapper - ударять), Battement double frappe, Petit battement sur le cou-de-pied, Battement battu (battre - бить), Battement Fondus (fondre - таять) - 45° и 90°, Battement soutenu (soutenir - поддерживать) - ***в любом направлении .***
  - Battements Developpes (developper - развивать). Движение, в момент исполнения которого, рабочая нога скользит по опорой с вытянутыми пальцами с последующим открытием в любую сторону. Battement Retire (retirer - забирать, тянуть обратно). Grand Battement Developpe Passe (passer - проводить);

- ***Bris e, pas*** (глагол briser - ударять) – продвижение выполняется за ведущей ногой в маленьком прыжке. Конечная точка бризе – 5 позиция. В переводе с французского обозначает легкий морской ветерок;
- ***Вариация*** (Variation) – короткий и завершенный танец для исполнения одного или нескольких танцовщиков. Зачастую это часть Pas dedeux, Pas detrois, Grand Pas, однако возможно введение в виде самостоятельного танца.

5. G

- ***Grand*** (большой) – приставка, которая используется для определения максимальной амплитуды движений во время исполнения: grand plie, grand pirouette, grand battement jete, grand passaute, grand pas dechat и пр.;
  - Grand pas – в классическом балете – сложная форма, которая состоит из выхода танцовщиков, поочередной смене солистов и кордебалета, и завершающей коды. Примеры: гран па из «Дон Кихот», «Пахита» и пр;

6. D - Д

- ***Дивертисмент*** (Divertissement - развлечение) – танцевальные номера, которые следуют друг за другом, или концертная программа, которая объединяет в себе разные по жанру и характеру танцевальные произведения;

7. К - С

- ***Кода*** в переводе с итальянского (coda) - хвост, шлейф. Термин имеет три значения:
  - Завершающая часть сольного выступления, состоящего из различных вращений и прыжков, которые выполняются по кругу или по диагонали. Могут выполняться с продвижением в сторону зрителя;
  - Окончание музыкально – танцевальной формы (pas dedeux, pas detrois, pas dequatre и пр.), которое состоит из чередования сольных выступлений. Зачастую исполняются максимально зрелищные комбинации, вращения и другие сложные фигуры по всей сцене (центр, круг, диагональ);
  - Завершение спектакля, где принимают участие все персонажи в том числе и кордебалет.
- ***Кордебалет*** (corpsdeballet дословный перевод – каркас балета) – основная часть труппы, артисты, танцовщики ансамбля, которые выполняют массовые номера;
- ***Coupe, pas*** (глагол couper - резать, подрезать) – движение в классическом танце, выполняет вспомогательную функцию, исполняется вместе с другими фигурами, встречается в упражнениях у станка, по центу зала, в прыжках;
- ***Croisee, поза*** (глагол croiser - скрещивать) – фигура в классическом танце, которая выстаивается из позиции epaulement croise в 5 позиции. Выполняется за счет отведения ноги вперед или назад. Малые фигуры исполняются с вытянутым в пол носком, средние с поднятием ноги на 45 о, большие на 90 о и выше. Опорная нога на стопе, пальцах или полупальцах, натянута, либо полусогнута. Рабочая нога может быть либо полностью вытянута, либо согнута в колене. Движение может выполняться в прыжке. Бесконечные вариации фигуре придают различные положения рук, ног и головы;

L

- ***Leve, temps*** (глагол lever - поднимать) термин, который обозначает подъем танцовщика на пальцы/полупальцы, или выполнение прыжков на одной/обеих ногах:
  - Подъем на пальцы/полупальцы на одной или обеих ногах в любую позицию, или в позе. В московском балете называется temps releve. Если в названии есть приставка re, это обозначает повторение упражнения. Может выполняться как на вытянутых ногах, так и в позе demi-plie со вскоками и выжиманиями;
  - Прыжок на обеих ногах или на одной ноге в любую позицию. Московская школа называет temps saute. Если прыжок выполняется на одной ноге, вторая остается в положении, принятом до выполнения упражнения. Если движение выполняется в

повороте, по первоначальное положение surlecou-de-pied изменяется. Temps leve с поднятой на 45-90 о ногой является основой для выполнения прыжка кабриоль;

- Temps leve со сменой позы – подъем на пальцы/полупальцы одной ноги, или прыжок на одной ноге с одновременным отведением другой, которая поднята в воздухе. Grand temps leve passe – амплитудный и зрелищный прыжок танцовщика с продвижением. Во время исполнения одна нога забрасывается вперед, а во время прыжка, натянутая в колене, максимально отбрасывается назад. Вторая нога тоже вытянутая в колене, выбрасывается вперед и на максимальной высоте ноги фиксируются в шпагате;

8. М

- ***Manege*** (en manege в буквальном переводе означает бег по кругу) – прыжки, которые повторяются один за другим несколько раз с продвижением по кругу. Зачастую выполняются как элементы коды;
- ***Marche, pas*** (буквальный перевод – переход) – ходьба маршем по сцене;
- ***Marche, pas*** (глагол marcher - двигаться, продвигаться) – легкие перебежки на низких полупальцах. При таком беге происходит акцентированное выведение сильной доли ведущей ноги в полуприседании;
- ***Menus, pas*** (буквальный перевод – маленький) – движение, используется в минуэте. Мелкие шаги на низких полупальцах, выполняются группами из трех танцовщиков;

9. Р

- ***Pas de bourree*** – движение танца бурре. Pas de bourree suivi (глагол suivre - придерживаться, продолжать) – движение в женской партии, поочередные мелкие переборы на пальцах/полупальцых в 5 позиции без смены ног на одном месте, вокруг себя, либо с продвижением. В произведении Михаила Фокина «Лебедь» - это основное движение;
- ***Pas de chat*** (буквальный перевод - кошачье движение (па)) - движение, в основе которого имитация кошачьей грации. Сегодня так называют сразу несколько различных прыжков, однако, А.Я. Ваганова определяла этим термином прыжок с отбрасыванием полусогнутых ног назад по очереди с одновременным прогибом в корпусе и руками в позиции allongee. Завершается движение проведением ноги сзади вперед в 5 или 4 позицию;

Простейшая форма pas de chat. Когда ноги двигаются вперед, поочередно сгибаются и во время прыжка перемещаются в 5 или 4 позицию. Возможно и перемещение назад, однако это редко встречается на сцене. В зависимости от сгибания коленей варьируется высота и амплитуда прыжка: от маленького surlecou-de-pied до высокого и амплитудного passe (retire). Итальянский pas de chat – разновидность данного прыжка. В момент выполнения, нога, которая делает первое движение, вытягивается в стопе и колене и выбрасывается на 2 воздушную позицию;

Grand pas de chat (grand pas jete developpe) – амплитудный прыжок, во время которого одна нога подогнута и раскрывается в воздухе. Во время исполнения такой фигуры рабочая нога поднимается вверх, при этом сгибается в прямом положении, в момент взлета она раскрывается максимально высоко вперед. В это время вторая нога натягивается в колене и высоко выбрасывается назад. В современных постановках танцовщики в момент прыжка раскрывают ноги в шпагат. Руки могут быть в любой позиции. Возможно исполнение прыжка «в кольцо», со сгибанием задней ноги и прогибом корпуса назад;

- ***Pas de ciseaux*** (буквальный перевод – движение ножниц) – прыжок с одной ногу на другую. Обе ноги забрасываются вперед, после чего одна через 1 позицию отводится назад в фигуру arabesque. Варианты выхода могут быть различными;
- ***Pas de poisson*** (движение рыбы) – прыжок с одной ноги на другую с отбрасыванием ноги назад;

- ***Passe-pied*** – перевод стопы в 5 позицию сзади вперед или спереди назад. Существует несколько вариантов исполнения:
  - возможен перевод через surlecou-de-pied;
  - через 1 позицию проходящую. Опорная нога стоит на полной стопе, пальцах или полупальцах с одновременным подъемом и опусканием в demi-plie;
  - смена в 5 позицию через маленькие шаги с продвижением;
- ***Passe*** (глагол passer - проходить, переводить) – вспомогательная фигура для перевода работающей ноги из одного положения в другое:
  - Passe parterre – работающая нога открыта на носок в пол, или на высоту, переводится в стону/вперед/назад через 1 позицию. Ноги могут быть вытянуты, либо полусогнуты (demi-plie);
  - Passe enl"air – работающая нога открыта на высоту в любую сторону, переводится в любую фигуру через сгибание в положение surlecou-de-pied либо в позицию «у колена» и перемещается в нужное направление с разгибанием;
  - Перевод ноги в пятую позицию через положение «у колена»;
  - Passe (положение) – в русской школе данный термин семантически неверный. В этой позиции работающая нога сгибается в колене в прямом или выворотном положении, подводится к икре или колену опорной ноги;
- ***Plie*** (глагол plier - сгибать [имеется в виду колени]):
- Приседание на обеих или на одной ногев любой из существующих позиций, выполняется на полной стопе, пальцах или полупальцах. Движение может отличаться по темпу и характеру, силе сгибания колена. В зависимости от степени сгибания делится на demi-plie (полуприседание) и grand plie (глубокое приседание). Первый тип может быть как самостоятельным, так и связующим движением, например, при переходе из одной позиции в другую. Большая часть прыжков, вращений и вскоков начинается и/или заканчивается demi-plie. Упражнение в виде учебного варианта помогает развить координацию и мышечную силу. Классический танец использует вращения, которые начинаются с grand plie в любой позиции;
- Может обозначать сгибание работающей ноги, которая поднята вверх в любом направлении;
- ***Port de bras*** (Porter - носить, Bras - рука) – правильный перенос рук в основные позиции (1,2,3), закругленными (Arrondi), удлиненными (Allonge) с поворотом или наклоном головы, корпуса. Различают порт де бра первое, второе и третье;

10. R

- ***Renverse, pas*** (глагол renverser переводится, как опрокидывать) – движение, во время которого корпус запрокидывается в повороте. Включает в себя наклон корпуса вперед в demi-plie, затем вскок на пальцы/полупальцы и небольшой перегиб корпуса назад с последующим pas de bourree entournant. Во время первого переступания прогиб корпуса увеличивается, во время второго корпус выравнивается. Прием tempsleve выполняет Renverse с прыжком.
  - Самая распространенная форма renverse en attitude (renverse en dehors). В начале движения приседание в открытой или закрытой позиции, после чего выполняется прыжок в позицию attitude croisee и pas de bourree endehors. Во время выполнения renverse en dedans прыжок делается в позу croisee вперёд а pas de bourree выполняется обратно - в повороте en dedans;
  - Renverse en ecarte более сложное движение по координации и выполняется в fouette.

S

- ***Ciseaux*** - то же самое, что pas de ciseaux;
- ***Saute, temps*** (глагол sauter - прыгать) – термин, придуманный московской школой. Обозначает то же, что и temps leve, прыжок на обеих ногах в какой – либо позиции;

- ***Suivi*** – то же самое, что pas de bourree suivi;
- ***Sus-sous*** (буквальный перевод - над-под; смотрите также dessus-dessous):
  - Положение ног в 5 позиции;
  - Temps leve в 5 позиции. По мнению Чекетти – это любое temps leve, для Вагановой это продвижение в любом направлении;

11. F

- ***Ferme*** (глагол fermer - закрывать) – термин, обозначающий закрывание ноги, открытой на воздух, в 5 позицию;
- ***Fermee, sissonne*** – прыжок на обеих ногах с продвижением в любую сторону;
- ***Fondu, battement*** (глагол fondre означает таять, плавиться, литься) – термин означает медленное сгибание и разгибание ног;
- ***Fondue, sissonne*** - sissonne fermee, в конце которого ноги не сразу возвращаются в позицию. Приземление приходится на одну ногу, в то время как вторая закрывается в 5 позицию с запозданием, после мягкого проведения всей стопой по полу;
- ***Frapp e, battement*** (глагол frapper - ударять) – открытая в любом направлении рабочая нога резко подводится в положение urlecou-de-pied, после чего акцентированно раскрывается на носок в пол или на воздух;
- ***Fouette*** (русская транскрипция [фуэте], прилагательное fouette обозначает «взбитый», глагол fouetter) – движение, которое танцовщица исполняет на пуантах в финале Pas dedeux. Это последовательность туров, которые выполняются на одном месте. Во время каждого поворота рабочая нога выполняет rond de jambe en l'air на 45°.

Данное движение имеет несколько вариаций:

- Fouette en tournant на 45° En dehors. В тот момент, когда левая нога находится в demi-plie, правая раскрывается во 2 позиции на 45 о, tout en dehors на левой ноге. В момент исполнения рабочая нога прикасается к опорной на икре. Руки в это время находятся в подготовительной, либо первой позиции. Остановка выполняется на demi-plie, руки и нога раскрыты во 2 позиции. Начинается движение с правой ноги, при этом опорная не сворачивается. Если выполнять Fouette несколько раз подряд, оно начинается с preparation в 4 позиции, подъема на пуанты, выполнения tour en dehors;
- Fouette en tournant на 45° En dedans выполняется так же, но рабочая нога сначала идет перед икрой, а затем назад. Упражнение является обязательным в обучающей программе, однако редко встречается на сцене;

Французская балетная школа схожа с русской. Движения: les fouettesen dedans et endehors, les fouettes sautes, les fouettes sur pointes ou demi-pointes. Танцовщик выполняет pique на правую ногу. В это время левая поднимается вперед, танцовщица выполняет tour на пальце (surlapointe) или полупалце (demi-pointe), а левая остается вытянутой в воздухе. Заканчивается движение в en arabesque sur pointe (oudemi-pointe).

В американской балетной школе Fouette en tournant на 45° En dehors. В отличие от русской школы, где рабочая нога во время tour прикасается к середине икры сзади, а потом переходит на перед икры левой ноги (petit Battement), в американской школе рабочая нога выполняет demi rond на 45°. Это придает фигуре дополнительного форса, но в то же время может грозить «выпусканием бедра» и сходом балерины с оси. За счет такого исполнения Fouette выполняется с продвижением в сторону или вперед.

- Grand Fouette. Вобрал в себя учение французской и итальянской школ;
- Les fouette sendehors. Поза croisee обозначает назад левой ноги. Coupe на полупальцах левой ноги, руки переходят во вторую позицию, левая нога опускается в demi-plie, а левая рука в 1 позицию. В тот момент, когда танцовщица проводит полусогнутую правую ногу вперед на 90 о, она поднимается на полупальцы левой, быстро обводит правой ногой Grand rond de jambe назад и заканчивает на левую ногу в demi-plie в III arabesque (в положении en face - лицом на зрителя). Руки выполняют Port

de bras: левая поднята на 3 позицию и проходит на 2, в то время, как правая переводится в 3 и переходит через правую на III arabesque при опускании левой ноги в плие;

- Les fouette sendedanse tendedans – идентичный принцип выполнения;
- Grand Fouette en tournanten dedans. Танцовщица становится в позу croisee вперед левой ногой, опускается в demi-plie на левой ноге, вскакивает на полупальцы и выбрасывает правую ногу во 2 позицию (alaseconde) на 90°(120°) - Grand battement jete. Во время поворота бросает размахом правую ногу через passe parterre (проходящая позиция). В этот момент опорная нога проворачивается на полупальцах, а правая нога остается на прежней высоте.
- Grand Fouette entournanten dedans. Или итальянское фуэте. Исполняется на пальцах по такой же схеме. Единственное различие: начинается движение не с plie, а с surlecou depied. Заканчивается в attitude на пуантах. 3 позиция для правой руки и первая для левой.
- Grand Fouette en tournant saute исполнение такое же, какGrand Fouette en tournan tendedans, только левая нога отрывается от пола в прыжке, поворот исполняется в воздухе на прыжке левой ноги.

12. СН- Ш

- ***Chaines, tours*** (в буквальном переводе цепочка поворотов). Движение такое же, что и tour schaines-deboules – несколько быстрых полуповоротов на пальцах/полупальцых подряд. В момент выполнения может выполняться продвижение по кругу или по диагонали. Каждый поворот выполняется на 180 о через переступание с ноги на ногу. В зависимости от телосложения танцовщика и художественных целей, движение может выполняться 1, 5 или 6 позициям на ровных ногах или в деми – плие. В классическом балете это движение зачастую завершает вариации или танцевальные композиции. На усмотрение режиссера – постановщика могут быть и другие варианты;
- ***Changement depied*** (в дословном переводе - смена ноги) – смена стоп в 5 позиции любым способом. Обычно этот термин подразумевает changement depied saute – прыжок на обеих ногах с продвижением в любом направлении (changement depied de volee). В момент исполнения ноги меняются в 5 позиции. Движение может выполняться на любой амплитуде прыжков, с максимальной фиксацией 5 позиции перед сменой ног (grand changement depied), или на мелких прыжках с минимальным отрывом носков от пола (petit changement depied). Возможно выполнение с поворотом на любую часть круга, вплоть до полного разворота на 360 о. Итальянский changement depied выполняется через сгибание ног в прыжке (угол сгиба может быть абсолютно разным);

На пальцах/полупальцах фигура выполняется как вскок на обе ноги с одновременной сменой ног в позиции, либо в виде прыжка, который начинается и заканчивается на пальцах/полупальцах по 5 позиции, без полного опускания на стопу;

- ***Chasse, pas*** (глагол chasser - гнать, разгонять) – прыжок, во время которого вытянутые ноги собираются в воздухе в 5 позиции, а танцовщик продвигается в любом из направлений. Начало может быть с sissonne tombee, pas failli, бега и других движений, которые позволяют сделать подскок и продвинуться в воздухе. Может использоваться как подготовительное движение к прыжку или большому вращению. Самостоятельно выполняется несколько раз подряд. В историко – бытовых представлениях выполняется без прыжка в скольжении и подъемом на полупальцы в 5 позиции;
- ***Chat*** - то же самое, что и Pas dechat.

13. Е- Э

- ***Ecartee,*** поза (глагол ecarter - отклоняться) – поза, которая выстраивается из epaulement в 5 позиции с отведением одной из ног в сторону. В это время корпус отклоняется от талии к опорной ноге. Малые позы ecartee исполняются с вытянутым в пол носком, средние – с поднятием ноги на 45 о, а большие на 90 о и выше. Опорная нога стоит на полной стопе, пальцах/полупальцах, колено полностью натянуто, или в

позиции demi-plie. Рабочая нога вытянута в колене, стопа натянута. Движение может выполняться в прыжке, положение рук любое. Поза ecartee имеет два вида:

- Ecartee вперёд. Работающая нога открыта вперед по диагонали во 2 позиции, то есть на зрителя. В это время голова повернута в ту же сторону, приподнята, взгляд устремляется вверх;
- Ecartee назад. Работающая нога открыта назад по диагонали во 2 позиции, от зрителя. Голова поворачивается к опорной ноге, а взгляд устремляется вниз.
- ***Echappe, pas*** (глагол echapper - уходить вперед, вырываться) – прыжок на двух ногах, в момент которого в воздухе изменяется позиция ног. Зачастую в составе два движения:
  - первое: ноги из 5 позиции в прыжке раскрываются во 2 или в 4 позицию;
  - второе: ноги снова сводятся в 5 позицию;

Существует вариант исполнения, когда pas echappe оканчивается на одну ногу, в то время, как вторая нога после второго движения остается в положении surlecou-de-pied впереди/сзади, или фиксируется в открытом положении в любую сторону. По тому же принципу pas echappe исполняется со вскоком на пальцы;

Pas double echappe заключается в том, что между двумя главными движениями вставляется temps leve на прыжке или с подъемом на пальцы/полупальцы без изменения позиции. Также возможна перемена позы epaulement.

Прыжки бывают малые и большие. В момент исполнения grand pas echappe во время прыжка ноги максимально долго задерживаются в исходной или толчковой позиции, а раскрываются во 2 или 4 позиции перед самым приземлением.

Прыжок может быть выполнен на продвижение, в повороте, или с заноской. Для petit pas echappe battu делается одна заноска, а для grand pas echappe нужная двойная заноска на максимальном взлете;

Effacee, поза (глагол effacer - убирать, прятать) – поза, которая выстраивается из epaulement efface в 5 позиции с отведением ноги вперед или назад. Малые позы effacee исполняются с вытянутым носком в пол, средние – на высоте 45 о, большие – 90 о и выше. Положение опорной ноги на полной стопе, пальцах/полупальцых, натянута в колене, либо в demi-plie. Рабочая нога может быть ровной, или согнутой в колене. Выполняется в воздухе, или на прыжке. Положение рук и головы может бесконечно меняться, варьируя изменения позы;

- ***Epaulement:*** (от epaule – плечо) – положение, во время которого танцовщик становится вполоборота к зеркалу, или на зрителя. Стопы, бедра и бедра развернуты в правую либо в левую сторону от зрителя на 45 о или на 135 о. Голова поворачивается на плечо, которое направлено вперед. Такое положение дает танцу трехмерность, делает его более выразительным и артистическим. При выполнении, танцовщик должен контролировать угол поворота головы, положение плеч и направление взгляда.

Движение делится на два типа - croise и efface:

- Epaulement croise (глагол croiser - скрещивать) – поза, во время которой ноги находятся в любой скрещенной позиции (3,4,5). На зрителя повернуты одноименные плечо и нога. Голова поворачивается в сторону повернутого плеча. Эта позиция позволяет принимать любые позы через открытую ногу;

Epaulement efface (глагол effacer - убирать, прятать) - поза, во время которой ноги находятся в любой скрещенной позиции (3,4,5), но впереди стоит нога, противоположная плечу, повернутому на зрителя. Это положение позволяет занять любую позицию effacee через открытие ноги вперед или назад.

Итак, вы ознакомились с основными терминами классической хореографии. Надеемся, что эти знания помогут вам лучше разбираться в балете, понимать смысл танца и получать удовольствие от представлений.

Давно была идея создать что-то наподобие словаря балетных терминов. Но, как говорится руки не доходили, и каждый раз приходилось откладывать этот, на мой взгляд, весьма полезный для юных танцоров сборник основных балетных терминов.

*И, так основные **балетные термины** , которые я расположу в алфавитном порядке.*

Адажио (от французского — adagio).

Адажио это часть классического урока, состоящая в основном из плавных движений и различных поз, которые связно перетекают из одной в другую. В адажио используются такие элементы как: d?veloppes, releves, grands ronds de jambe. В балетном спектакле adagio часто представляет собой танцевальный дуэт.

Аллонже (от французского allonge — означает: удлинённый, вытянутый).

Аллонже это поза классического танца: поднятая назад нога выпрямлена в колене (arabesque), соответствующая рука поднята вверх, другая отведена в сторону, в отличие от закруглённых позиций (arrondi), локти рук выпрямлены, кисти повёрнуты наружу, что придаёт позе «летящий» характер.

Амбуате (от французского emboiter le pas — означает: идти следом).

Амбуате это такая последовательность переходов с ноги на ногу на полупальцах или же на пальцах. Это прыжок с поочерёдным выбрасыванием вперёд или назад согнутых в коленях ног на 45 или 90 градусов.

Ан деор (от французского en dehors — означает: наружу).

Ан деор это направление движения от опорной ноги, направленное «к зрителю». Исполняется одновременно с поворотом корпуса.

Ан дедан (от французского en dedans - означает: во внутрь).

Ан дедан это направление движения к опорной ноге, получается как бы во внутрь, «от зрителя». Исполняется одновременно с поворотом корпуса.

Антраша (от итальянского intrecciato - означает: плетённый, скрещенный).

Антраша это прыжок с заноской. Во время прыжка ноги скрещиваются между собой в воздухе в V позиции.

Ан турнан (от французского en tournant - означает: в повороте).

Ан турнан это указание на то, что движение исполняется одновременно с поворотом всего тела. Поворот может быть полным или неполным.

Ан лер (от французского en l'air - означает: на воздухе).

Ан лер это термин, который указывающий на то, что движение исполняется по воздуху.

Ан фас (от французского en face - означает: прямо).

Ан фас тут вроде всё и так понятно, это прямое положение корпуса, головы и ног.

Апломб (от французского aplomb).

Апломб это с одной стороны умение сохранить положение, равновесие, исполняя движение. С другой стороны уверенная, свободная манера исполнения.

Арабеск (от французского arabesque).

Арабеск это так называется поза, когда опорная нога танцовщика стоит либо на полной стопе, либо на полупальцах, либо на пуантах, а рабочая нога поднята с вытянутым коленом на 30, 45, 90 или 120 градусов.

Аттитюд (от французского attitudes).

Аттитюд это опорная нога находится в том же положении, что и в арабеске, но рабочая нога поднимается с согнутым коленом, а корпус танцовщика должен быть прогнут в спине.

Балансе (от французского balancer - раскачивать, качаться).

Балансе это движение, в котором переступания с ноги на ногу, чередующиеся с demi-pli? и подъёмом на полупальцы, сопровождаются наклонами корпуса, головы и рук из стороны в сторону, что создаёт впечатление мерного покачивания. Может исполняться из стороны в сторону, вперёд и назад.

(от французского battements tendus).

Батман тендю это тянуть, вытягивать. Пример: battement tendu.

Батман тендю жете (от французского battements tendus jet?).

Батман тендю жете это выброс ноги на 45°. Пример: battement tendu jet?.

Бризе (от французского briser - разбивать; обозначает лёгкий, порывистый морской ветер).

Бризе это маленький прыжок, с продвижением вперёд или назад за ногой. Заканчивается прыжок в V позиции. Разновидность: brise dessus (вперёд) - dessous (назад).

Буду каждый день дополнять этот список балетных терминов.

ТЕРМИНЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Терминология классического танца сложилась в XVII веке во Франции, в Королевской Академии танца. Постепенно эта танцевальная терминология стала общепризнанной во всем мире. Но она претерпела много изменений, дополнений, прежде чем пришла к той строй ной и строгой системе, которой мы пользуемся в настоящее время. Немалый вклад в уточнение терминологии внесла русская школа классического танца и ее создательница профессор Агриппина Яковлевна Ваганова.

Однако французский язык остался в терминологии столь же обязательным, как латынь в медицине. Произношение французских слов, указанное в скобках, является условным.

Adajio [адажио]	Медленно, медленная часть танца.
Allegro [аллегро]	Прыжки.
Allonge [ссамбл]	Удлинить, продлить, вытянуть. Движение из adajio, означающее вытянутое положение ноги и скрытую часть руки.
Aplomb [апломб]	Устойчивость.
Arabesque [арабеск]	Поза, название которой происходит от стиля арабских фресок. В классическом танце существует четыре вида позы «арабеск» № 1,2,3,4.
Assamble [ссамблее]	Соединять, собирать. Прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе. Прыжок с двух ног на две ноги.
Attitude [аттитюд]	Поза, положение фигуры. Поднятая вверх нога полусогнута.
Balance [балансе]	Качать, покачиваться. Покачивающееся движение.
Pas ballonne [па баллонэ]	Раздувать, раздуваться. В танце характерно продвижение в момент прыжка в различные направления и позы, а также сильно вытянутые в воздухе ноги до момента приземления и сгиба одной ноги на surlecoudepied.
Pas ballotte [па баллоттэ]	Колебаться. Движение, в котором ноги в момент прыжка вытягиваются вперед и назад, проходя через центральную точку. Корпус наклоняется вперед

	и назад, как бы колеблясь.
Balancoire [балансуар]	Качели. Применяется в grandbattementjete.
Batterie [батри]	Барабанный бой. Нога в положении surlecoudepied проделывает ряд мелких ударных движений.
Pas de bourree [па де буррэ]	Чеканный танцевальный шаг, переступания с небольшим продвижением.
Brise [бризе]	Разбивать, раздроблять. Движение из раздела прыжков с заносками.
Pas de basque [па де баск]	Шаг басков. Для этого движения характерен счет ¾ или 6/8, т.е. трехдольный размер. Исполняется вперед и назад. Баски – народность в Италии.
Battement [батман]	Размах, биение.
Battement tendu [батман тандю]	Отведение и приведение вытянутой ноги, выдвижение ноги.
Battement fondu [батман фондю]	Мягкое, плавное, «тающее» движение.
Battement frappe [батман фраппэ]	Движение с ударом, или ударное движение.
Frappe [фраппэ]	Бить.
Battement double frappe [батман дубль фраппэ]	Движение с двойным ударом.
Battement developpe [батман девлоппэ]	Раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90 0 в нужное направление, позу.
Battement soutenu [батман сотеню]	Выдерживать, поддерживать, движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.
Cabriole [кабриоль]	Прыжок с подбиванием одной ноги другой.
Chain [шен]	Цепочка.
Changement de pieds [шажман де пье]	Прыжок с переменой ног в воздухе.
Changement [шажман]	Смена.
Pas chasse [па шассэ]	Гнать, подгонять. Партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.

Pas de chat [па де ша]	Кошачий шаг. Этот прыжок по своему характеру напоминает мягкое движение кошачьего прыжка, что подчеркивается изгибом корпуса и мягким движением рук.
Le chat [ле ша]	Кошка.
Pas ciseaux [па сизо]	Ножницы. Название этого прыжка происходит от характера движения ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздухе.
Coupe [купэ]	Отрывистый. Подбивание. Отрывистое движение, короткий толчок.
Pas couru [па курю]	Пробежка по шестой позиции.
Croisee [краузэ]	Скрещивание. Поза, при которой ноги скрещены, одна нога закрывает другую.
Degagee [дегаже]	Освобождать, отводить.
Developpee [девлоппэ]	Вынимание.
Dessus-dessous [десю-десу]	Верхняя часть и нижняя часть, «над» и «под». Вид pas de bourre.
Ecartee [экартэ]	Отводить, раздвигать. Поза, при которой вся фигура повернута по диагонали.
Effacee [эфасэ]	Развернутое положение корпуса и ног.
Echappe [эшаппэ]	Вырываться. Прыжок с раскрыванием ног во вторую позицию и собиранием из второй в пятую.
Pas emboite [па амбуатэ]	Вкладывать, вставлять, укладывать. Прыжок во время которого происходит смена полусогнутых ног в воздухе.
En dehors [ан деор]	Наружу, из круга.
En dedans [ан дедан]	Внутрь, в круг.
En face [ан фас]	Прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.
En tournant [ан турнан]	Вращать, поворачивать корпус во время движения.
Entrechat [антраша]	Прыжок с заноской.
Fouette [фуэтэ]	Стегать, сечь. Вид танцевального поворота, быстрого, резкого. Открытая нога во время поворота сгибается к опорной ноге и резким движением снова открывается.

Ferme [фермэ]	Закрывать.
Pas faille [па файи]	Подсекать, пресекать. Ослабевающее движение. Это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки трамплина к следующему прыжку. Одна нога как бы подсекает другую.
Galloper [галоп]	Гоняться, преследовать, скакать, мчаться.
Glissade [глиссад]	Скользить, скольжение. Прыжок, исполняемый без отрыва носков ног от пола.
Grand [большой]	Большой.
Jete entrelacee [жетэ антрэлясэ]	Перекидной прыжок.
Entrelacee [антрэлясэ]	Переплетать.
Jete [жэтэ]	Бросок. Бросок ноги на месте или в прыжке.
Jete ferme [жэтэ фермэ]	Закрытый прыжок.
Jete passé [жэтэ пассэ]	Проходящий прыжок.
Lever [левэ]	Поднимать.
Pas [па]	Шаг. Движение или комбинация движений. Употребляется как равнозначное понятию «танец».
Pas d'achions [па д ' аксион]	Действенный танец.
Pas de deux [па дэ дэ]	Танец двух исполнителей, классический дуэт, обычно танцовщика и танцовщицы.
Pas de trios [па дэ труа]	Танец трех исполнителей, классическое трио, чаще двух танцовщиц и одного танцовщика.
Pas de quatre [па дэ катр]	Танец четырех исполнителей, классический квартет.
Passe [пассэ]	Проводить, проходить. Связующее движение, проведение или переведение ноги.
Petit [пти]	Маленький.
Petit battement [пти батман]	Маленький батман, на щиколотке опорной ноги.
Pirouette [пируэт]	Юла, вертушка. Быстрое вращение на полу.

Plie [плие]	Приседание.
Demi-plie [деми плие]	Маленькое приседание.
Pointe [пуантэ]	Носок, пальцы.
Port de bras [пор де бра]	Упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.
Preparation [прэпараси он]	Приготовление, подготовка.
Releve [релевэ]	Приподнимать, возвышать. Подъем на пальцы или на полупальцы.
Releve lent [релевэ лян]	Медленный подъем ноги на 90 0 .
Renverse [ранверсэ]	Опрокидывать, переворачивать. Опрокидывать корпус в сильном перегибе и в повороте.
Rond de jambe par terre [рон де жамб пар тер]	Вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу.
Rond [рон]	Круг.
De jambe [дэ жамб]	Нога.
Terre [тер]	Земля.
Rond de jambe en l'air [рон де жамб ан лер]	Круг ногой в воздухе.
l'air	Воздух.
Soute [сотэ]	Прыжок на месте по позициям.
Simple [семпль]	Простой, простое движение.
Sissonne [сисон]	Прямого перевода не имеет. Означает вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.
Sissonne fermee [сисон ферме]	Закрытый прыжок.
Sissonne ouverte [сисон уверт]	Прыжок с открыванием ноги.
Sissonne simple [сисон семпль]	Простой прыжок с двух ног на одну.
Sissonne tombee [сисон томбе]	Прыжок с падением.

Saut de basque [со де баск]	Прыжок басков. Прыжок с одной ноги на другую с поворотом корпуса в воздухе.
Soutenu [сутеню]	Выдерживать, поддерживать, втягивать.
Sur le cou de pied [сюр лек у де пье]	Положение одной ноги на щиколотке другой (опорной) ноги.
Temps lie [тан лие]	Связанное во времени. Связующее, плавное, слитное движение.
Temps leve soutee [тан левэ сотэ]	Прыжок по первой, второй или пятой позиции на одну и туже ногу.
Temps levee	Временно поднимать.
Tire-bouchon [тир бушон]	Закручивать, завивать. В этом движении поднятая нога находится в полусогнутом положении вперед.
Tour chainee [тур шенэ]	Сцепленный, связанный, цепь кружков. Быстрые повороты, следующие один за другим.
Tour en l'air [тур ан лэр]	Воздушный поворот, тур в воздухе.
Tour [тур]	Поворот.
Выворотность	Раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах.
Координация	Соответствие и согласование всего тела.

Экзерсис у опоры или на середине – это комплекс тренировочных упражнений в балете, способствующих развитию мышц, связок, воспитанию координации движений у танцовщика. Экзерсис выполняется у «станка» (прикрепленной кронштейнами к стене) и на середине учебного зала ежедневно. Экзерсис стоит из одних и тех же элементов.

В XVII веке (1701 г.) француз Рауль Фейе создал систему записи элементов классического танца. Постепенно эта танцевальная терминология стала общепризнанной во всем мире. Но она претерпевала много изменений, дополнений, уточнений, прежде чем пришла к той стройной и строгой системе, которой мы пользуемся в настоящее время. Немалый вклад в уточнение терминологии внесла русская школа классического танца и известный педагог-хореограф, профессор Агриппина Яковлевна Ваганова. Знание специальных терминов ускоряет процесс обучения. Это международный язык танца, возможность общения с хореографами, понимание специальной литературы.

Soubresaut – (субресо) большой прыжок с задержкой в воздухе.

Saut de basque – (со де баск) прыжок басков. Прыжок с одной ноги на другую с поворотом корпуса в воздухе.

Soutenu – (сутеню) выдерживать, поддерживать.

Suivi – (сюиви) непрерывное, последовательное движение. Вид pas de bourree, исполняемого на пальцах. Ноги мелко перебирают одна возле другой.

Sur le cou de pied – (сюр ле ку де пье) положение одной ноги на щиколотке другой, опорной ноги.

Sus-sous – (сю-су) на себя, тут же, на месте. Скачок на пальцах с продвижением.

Temps lie – (тан лие) слитный, льющийся, связанный. Слитная, плавная танцевальная комбинация на середине зала; имеется несколько форм

Tombё - [томбе] падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie

Tours chaines (тур шене), цепочка поворотов следующие друг за другом слитные полуповороты с ноги на ногу на полупальцах или на пальцах с продвижением вперёд, в сторону или назад.

Adajio – (адажио) медленно. Медленная часть урока или танца.

Allonge – (алонже) удлинить, продлить, вытянуть. Прием, основанный на распрямлении закругленных позиций рук.

Aplomb – (апломб) устойчивость.

Arabesque – (арабеск) поза, название которой происходит от стиля арабских фресок. В классическом танце имеется четыре вида позы «арабеск» под № 1, 2, 3, 4.

Arrondi – (арронди) округленный, закругленный. Округлое положение рук от плеча до пальцев.

Assemble – (ассамбле) соединять, собирать. Прыжок с собиранием вытянутых ног в воздухе.

Attitude – (аттитюд) поза, положение фигуры. Поднятая вверх нога полусогнута.

Balance – (балансе) качать, покачиваться. Покачивающееся движение.

Pas ballonne – (па баллонэ) раздувать, раздуваться. В танце – характерное продвижение в момент прыжка в различные направления и позы и сильно вытянутые ноги в воздухе до момента приземления и сгиба одной ноги на sur le cou de pied.

Pas ballotte – (па балоттэ) колебаться. Движение, в котором ноги в момент прыжка вытягиваются вперед и назад, проходя центральную точку. Корпус наклоняется вперед и назад, как бы колеблясь.

Balancoire – (балансуар) качели. Применяетсяв grand battement jete.

Batterie – (батри) барабанный бой. Нога в положении sur le cou de pied проделывает ряд мелких ударных движений.

Battus – (баттю) бить, колотить. Движение с заноской.

Bourree pas de – (па де буррэ) чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.

Brise - (бризэ) разбивать, раздроблять. Движение из раздела прыжков с заносками.

Basque pas de – (па де баск) шаг басков. Для движения характерен счет на 3/4 или 6/8 , т.е. трехдольный размер. Исполняется вперед и назад.

Battement – (батман) размах, биение; упражнение для ног.

Battement tendu – (батман тандю) отведение и приведение натянутой ноги.

Battement fondu – (батман фондю) мягкое, плавное, «тающее» движение.

Battement frappe – (батман фраппэ) бить, разбивать, раскалывать; движение с ударом.

Battement double frappe – (батман дубль фраппэ) движение с двойным ударом.

Battement developpe – (батман девлоппэ) разворачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90 градусов в нужное направление, позу.

Battement soutenu – (батман сутеню) выдерживать, поддерживать. Движение с подтягиванием ног в пятой позиции.

Cabriole – (кабриоль) прыжок с подбиванием одной ноги другой.

Preparation – (прэпарасьон) приготовление, подготовка.

Releve – (релевэ) приподнимать, возвышать. Подъем на пальцы или на полупальцы.

Releve lent – (релевэ лян) медленный подъем ноги на 90 градусов.

Renverse – (ранверсэ) опрокидывать, переворачивать. Опрокидывать корпус в сильном перегибе и повороте.

Rond de jambe par terre – (рон де жамб пар тер) вращательное движение ноги на полу, круг носком по полу.

Rond de jambe en l`air – (рон де жамб ан лер) круг ногой в воздухе.

Royal – (руаяль) великолепный, царственный. Прыжок с заноской.

Saute – (сотэ) прыжок на месте.

Simple – (семпль) простой. Простое движение.

Sissonne – (сисон) прямого перевода не имеет. Означает вид прыжка, разнообразного по форме и часто применяемого.

Sissonne fermee – (сисон ферме) закрытый прыжок.

Sissonne ouverte – (сисон уверт) прыжок с открыванием ноги.

Sissonne simple – (сисон семпль) простой прыжок с двух ног на одну.

Sissonne tombee – (сисон томбэ) прыжок с падением.

Pas d`actions – (па д`аксион) действенный танец.

Pas de deux – (па дэ дэ) танец двух исполнителей, классический дуэт, обычно танцовщицы и танцовщика. Форма pas de deux часто встречается в классических балетах: «Дон Кихот», «Лебединое озеро», «Спящая красавица», «Щелкунчик» и др. Танец в pas de deux насыщен сложными поддержками, прыжками, вращением, в нем демонстрируется высокая исполнительская техника.

Pas de trios – (па де труа) танец трех исполнителей, классического трио, чаще всего двух танцовщиц и одного танцовщика, например, в балетах «Лебединое озеро» и «Конек-Горбунок» и др.

Pas de quatre – (па дэ катр) танец, четырех исполнителей, классический квартет.

Passe – (пассэ) проводить, проходить. Связующее движение, проведение или переведение ноги.

Petit – (пти) маленький.

Petit battement – (пти батман) маленький батман, на щиколотке опорной ноги.

Pirouette – (пируэт) юла, вертушка. Быстрое вращение на полу.

Pique - [пике] легкий укол кончиками пальцев "рабочей" ноги об пол и подъем ноги на заданную высоту.

Plie – (плие) приседание.

Pointe – (пуантэ) носок, пальцы.

Port de bras – (пор де бра) упражнение для рук, корпуса и головы; известны шесть форм.

Chain – (шен) цепочка.

Changement de pieds – (шажман де пье) прыжок из пятой позиции в пятую с переменой ног в воздухе.

Pas chasse – (па шассэ) гнать, подгонять. Партерный прыжок с продвижением, во время которого одна нога подбивает другую.

Chat, pas de – (па де ша) кошачий шаг. Этот прыжок по своему характеру напоминает мягкое движение кошачьего прыжка, что подчеркивает изгибом корпуса и мягким движением рук.

Ciseaux, pas – (па сизо) ножницы. Название этого прыжка происходит от характера движения ног, выбрасываемых вперед по очереди и вытянутых в воздухе.

Coupe – (купэ) отрывистый. Подбивание. Отрывистое движение.

Pas Couru – (па курю) пробежка.

Croisee – (круазе) скрещенный; одно из основных положений классического танца, в котором линии скрещиваются. Закрытое положение ног.

Degagee – (дегаже) освобождать, отводить.

Demi plie – (деми плие) полуприседание.

Developpee – (девлоппэ) вынимание.

Dessus-dessous – (десю-десу) верхняя часть и нижняя часть, «над» и «под». Вид pas de bourre.

Ecartee – (экартэ) отводить, раздвигать. Поза, при которой вся фигура повернута по диагонали.

Effacee – (эффасэ) сглаживать; од из основных положений классического танца. Определяется раскрытым, развернутым характером позы, движения. Открытое положение ног.

Echappe - (эшаппэ) вырываться. Прыжок с раскрыванием ног во вторую (четвертую) позицию и собиранием из второй (четвертой) в пятую позицию.

Pas Emboite – (па амбуатэ) вкладывать, вставлять, укладывать. Прыжок, во время которого происходит смена полусогнутых ног в воздухе.

En dehors – (ан деор) наружу, вращение от опорной ноги.

En dedans – (ан дедан) внутрь, вращение к опорной ноге.

En fase – (ан фас) прямо, прямое положение корпуса, головы и ног.

En tournant – (ан турнан) вращать, поворачивать корпус во время движения.

Entrechat – (антраша) прыжок с заноской.

Entrechat-tromis – (антраша труа) заноска. Прыжок с трехкратной переменой ног в воздухе, с двух на одну.

Entrechat-quatre – (антраша катр) заноска. Прыжок с четырехкратной переменой ног в воздухе.

Entrechat-cinq - (антраша санк) заноска. Прыжок с пятикратной переменой ног в воздухе.

Entrechat-six - (антраша сиз) заноска. Прыжок с шестикратной переменой ног в воздухе.

Epaulement – (эпольман) диагональное положение корпуса, при котором фигура развернута вполоборота.

Exercice – (экзерсис) упражнение.

Flic-flac – (флик-фляк) щелчок, хлопок. Короткое движение, часто служит как связующее звено между движениями.

Fouette – (фуэтэ) стегать, сечь. Вид танцевального поворота, быстрого, резкого. Открытая нога во время поворота быстро сгибается к опорной ноге, резким движением снова открывается.

Fermer – (фермэ) закрывать.

Faille, pas – (па файи) подсекать, пересекать. Ослабевающее движение. Это движение имеет мимолетный характер и часто служит для подготовки трамплина к следующему прыжку. Одна нога как бы подсекает другую.

Galoper – (галоп) гоняться, преследовать, скакать, мчаться. Движение, сходное с chasse.

Glissade – (глиссад) скользить, скольжение. Прыжок, исполняемый без отрыва носков ног от пола.

Grand – (гранд) большой.

Jete – (жетэ) бросок. Бросок ноги на месте или в прыжке.

Jete entrelace – (жетэ антрэлясэ) entrelacee – переплетать. Перекидной прыжок.

Jete ferme – (жетэ фермэ) закрытый прыжок.

Jete passé – (жетэ пассэ) проходящий прыжок.

Lever – (левэ) поднимать.

Pas – (па) шаг. Движение или комбинация движений. Употребляется как равнозначное понятию «танец».

План-конспект занятия на тему:
«Упражнения на растягивание мышц, связок и развитие балетного шага».

Цель занятия: развитие умений выполнения упражнений на растягивание мышц, связок и развитие балетного шага для повышения технической стороны танца, улучшение координации, гибкости и точности выполнения движений.
Задачи:
Образовательные задачи
- усвоение новых знаний, выработка умений и навыков;
- закрепление знаний, умений и навыков, полученных на предыдущих занятиях;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие выносливости и постановки дыхания;
- развитие танцевально-ритмической координации движений выразительности;
- совершенствование двигательного аппарата (развитие физических данных учащихся).
Личностные задачи
- формирование чувства ответственности;
- формирование у учащихся осознания необходимости индивидуальной работы по собственному физическому развитию;
- умение творчески взаимодействовать на занятиях с педагогом.
Метапредметные задачи
- развить познавательные способности: восприятие, образное и логическое мышление, память и внимание;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе.
Основные методы работы:
- методы организации практической деятельности (упражнение, приучение, требование);
- наглядный (практический показ);
- словесный (объяснение, беседа);
- индивидуальный подход;
- метод мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, установка на успех);
- метод контроля и коррекции (наблюдение, контроль педагога, самоконтроль, рефлексия, подведение итогов).
Форма работы: групповая.
Материально-техническое обеспечение занятия:
• хореографический зал с зеркалами и станками;
• форма учащихся для занятий хореографией;
• музыкальный центр (ТСО).

Ход занятия:
1.Организационная часть
1.1. Построение в танцевальном зале. Учащиеся выстраиваются в линии, в шахматном порядке на середине зала. Приветствие детей, проверка готовности к занятию.
ПЕДАГОГ: Здравствуйте ребята!
1.3. Поклон – приветствие.
(Учащиеся выполняют «поклон - приветствие»).
1.2. Обозначение темы и цели занятия. Занятие по теме «Упражнения на растягивание мышц, связок и развитие балетного шага», цель – выучить и отработать изученные движения.
ПЕДАГОГ: Сегодня к нам на занятие пришли гости. Я думаю, мы с вами постараемся показать свои знания, умения, навыки, то, над чем мы работали на протяжении четырех месяцев. Тема нашего занятия: «Упражнения на растягивание мышц, связок и развитие балетного шага».

Хореография это труд и если вы хотите, красиво танцевать, то нужно работать в полную силу каждое занятие, обязательно выполнять домашнее задание. Что такое «балетный шаг»? (ответ учащихся). «Балетный шаг» - это способность поднимать ногу на высоту более 900 в сторону, вперёд и назад при выворотном положении опорной и работающей ноги, а также удержание её в поднятом положении.
Шаг также создаёт в танце линии, обеспечивает широту и свободу движений.
Прежде чем начать танцевать, нужно разогреть тело. И сегодня разминка у нас будет необычная, мы с вами отправимся в путешествие на «Веселом автобусе». Но до автобусной станции нам с вами нужно промаршировать всем вместе.
2 Подготовительная часть
2.1.Фигурная маршировка.
ПЕДАГОГ: Всех пассажиров прошу занять свои места. Автобус отправляется! (Дети делают вид, что садятся в автобус, группируются, впереди всех «шофер», в руках у него руль).
ПЕДАГОГ: Автобус поехал! (Выполняются пружинящие движения, наклоны из стороны в сторону, вперед с отходом назад, также могут исполняться прыжки)
2.2. Разминка в статике на середине зала (наклоны и повороты головы, поочередные, круговые движения плеч, рук, наклоны корпуса).
ПЕДАГОГ: Мы подъехали к станции «Спортивная». Вы, наверное, устали сидеть неподвижно? Так что выходим из автобуса, и приступаем к выполнению упражнений.
2.3. Разминка по кругу (различные виды ходов и бега):
- шаг с носка по 1-ой позиции;
- шаг на полупальцах (следить за выворотным положением стоп);
- шаги на пятках;
- танцевальный бег с захлёстом ног назад и бег «Лошадка»;
- бег с вытянутыми ногами вперёд;
- шаг с поднятием колена вперёд и открытием ноги в выворотное положение.
ПЕДАГОГ: Слышите объявление: «Автобус от станции «Спортивная» отправляется дальше, занимайте свои места. Все сели? Поехали!
(Повторяются пружинящие движения, relevé (подъем на полупальцы) по VI позиции).
3 Основная часть
ПЕДАГОГ: Подъезжаем к станции «Волшебный магазин». Выходим. Берем гимнастические кубики и блоки для йоги (2 шт.). Почему же этот магазин называется волшебным? Здесь мы можем превратиться в кого захотим, и приблизиться к цели нашего занятия – приобрести и улучшить гибкость, выворотность, выносливость, развить «балетный шаг».
Мы с вами разогрелись, тело подготовлено для основной части нашего занятия – упражнений партерной гимнастики. Не забываем следить за осанкой, ощущать мышцы спины в области поясничного отдела, обязательно чувствовать макушку, вытягивать себя вверх.
3.1 . Комплекс упражнений партерной гимнастики.
1.Упражнение для стоп (с использованием блоков для йоги) и осанки:
- сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции;
- круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная 1 позиция), вытянуть стопы по 1 позиции.
2 Упражнения на развитие гибкости вперед:
- сидя на полу, «складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы, в натянутом и сокращенном положении;
-из положения лежа сесть и развести руки в стороны, затем поднять их на верх и сделать наклон вперед «складочка», повторять 8 раз.
3.Силовые упражнения для мышц живота:
- «уголок» из положения лежа;

- «уголок» взявшись за пятки из положения сидя.
4 Упражнения на развитие выворотности (работа в парах):
- «бабочка» с наклоном корпуса вперед (с использованием блоков для йоги);
- сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в «замок», подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса;
- «балетная растяжка».
5 Упражнения на развитие шага:
- сидя в положении "бабочка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу вперед, затем с другой ноги;
- сидя в положении "бабочка", взяться левой рукой за стопу правой ноги и выпрямить ногу в сторону, правая рука на полу, затем с другой ноги;
- лежа на спине, подъем ног на 90° по 1 позиции с одновременным сокращением и вытягиванием стоп, вперёд и в сторону (полу);
6.Силовые упражнения для мышц живота:
- стойка на лопатках без поддержки под спину;
- лежа на спине battements releve lent двух ног на 90° (в потолок). Опустить ноги за голову до пола, медленно развести ноги в стороны до шпагата, опустить спину и собрать ноги в VI позицию.
7 Упражнения на развитие шага:
- лежа на полу на спине, grand battement jete по VI позиции вперед, в сторону на боку;
-упражнение «циркуль».
8 Развитие гибкости назад:
- лежа на животе, port de bras назад с опорой на предплечья, ладони вниз- «поза сфинкса», port de bras на вытянутых руках, «кольцо» с глубоким port de bras назад, одновременно ноги согнуть в коленях, носками коснуться головы. «Вазочка». В положении лежа на животе, взяться руками за щиколотки. Сильно прогнуться, подняв бедра и туловище вверх.
9.Силовые упражнения для мышц спины:
- упражнение в парах: лежа на животе, подъем и опускание туловища (10 раз). Партнер придерживает за колени. Удержание туловища перпендикулярно полу;
- «самолет». Из положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища.
10.Упражнения на развитие шага:
-grand battement jete стоя на коленях с опорой на руки (поочередно с каждой ноги),
-махи в «кольцо».
11 Развитие гибкости назад:
- стоя на коленях 10 наклонов назад, касаясь пола, затем вытянуться вперед;
- «мостик» стоя на коленях: прогнуться назад, подняв бедра и туловище вверх, взяться руками за стопы; с перекладыванием блоков для йоги.
12.Упражнения на развитие шага:
- шпагаты: на правую, на левую ноги, прямой (с использованием блоков для йоги).
ПЕДАГОГ: Замечательный, волшебный магазин. Все без исключения улучшили выворотность, гибкость, выносливость. А как обстоят наши дела с развитием «балетного шага»? Давайте проверим, только уберем коврики и блоки на место.
ПЕДАГОГ: Встаем к станку и выполняем удержание ноги в сторону.
13.Упражнение на удержание ноги у станка.
ПЕДАГОГ: Пока мы были в «Волшебном магазине», автобус заправился.
Приглашаем всех продолжить наше путешествие. Поехали! Стоп! Сюда нельзя проехать. И сюда нельзя. Впереди болото! А в болоте кто живет?
Лягушки - наши подружки.
3.2. Движения и прыжки по диагонали.
- прыжок "лягушка";

- галоп боковой (с двух ног);
- прыжки с поджатыми ногами назад.
3.3.Танцевальный этюд.
ПЕДАГОГ: Ну вот, нам пора отправляться домой, но наш «Веселый автобус» устал, да и дальше нет дороги, поэтому домой мы полетим, превратившись в снежинки, а автобус отдохнет и вернется домой.
3.4. Игра-импровизация (снежинки).
4.Заключительная часть
4.1. Подведение итогов занятия, домашнее задание, ответы на вопросы.
ПЕДАГОГ: Вам понравилось путешествие?
Как вы оцениваете свою работу на занятии? Если вы занимались, в полную силу и у вас получилось выполнить все упражнения правильно, то поднимите обе руки вверх и похлопайте, если вы очень старались, но у вас не все получилось, есть ещё над чем нужно работать, то тогда потопайте.
УЧАЩИЕСЯ: ответы.
4.2.Основное построение, поклон-прощание
ПЕДАГОГ: Наше занятие подошло к концу. Благодарю за хорошую творческую работу! И надеюсь, что домашнее задание на развитие выворотности, гибкости, растяжки, «балетного шага» вы будете обязательно выполнять, для того что бы стать прекрасными танцорами.

Сценарий концерта

Ведущий:
Тот, кто с музыкой, с танцами не расстается,
Сможет смело по жизни идти,
И у всех вас, как в песне поется,
Все дороги еще впереди.
Ведущий:
Добрый день, дорогие друзья! Добрый день, уважаемые поклонники юных талантов! Мы приветствуем всех на нашем празднике - Отчетном концерте.
Ведущий:
Сегодня зал нашей школы гостеприимно распахнул свои двери, встречая всех желающих окунуться в прекрасный мир, мир Искусства! Взволнованные лица преподавателей, как никогда ответственные дети, родители, множество гостей – все это, конечно, придает особую торжественность нашему празднику.
Ведущий:
Да, богата наша школа талантами. И сегодня мы отметим тех ребят, кто трудился целый год на благо нашей школы.
Ведущий:
Для награждения приглашается

САКСАФОН ВЕСЕЛАЯ (фоновая музыка)
ЦЕРЕМОНИЯ НАГРАЖДЕНИЯ

Ведущий:
Просим всех пройти в зрительный зал и занять свои места.
Ведущий:
Уносит танец нас в прошлые века,
Ведь нам туда другой дороги нет,
Нас ждет чудес там много, а пока.
Для всех покажем этот танец здесь.

Вальс

Ведущий:
Они могут сидеть и о чем-то болтать
Или просто о чем-то друг с другом молчать.
Они могут друг с другом так долго смеяться,
что от смеха у них животы разболятся.
Они верят друг другу как будто себе,
Они знают друг друга как никто на земле.
Они могут друг с другом всегда быть собой.
Это лучшие в мире друзья….
Мы с тобой!

Танец

Ведущий:
Прекрасен танец! Это волшебство
К себе влечет стремительно и цепко
Движенья, ритм и музыки родство
Переплетались с яркою подсветкой
Здесь красота рождает красоту
Какую? Ту, в которой нет покоя
И сердце вновь стремится в высоту
Подвластно танцу, музыке и строю.

Танец

Ведущий:
Стихия музыки – могучая стихия. Она чем непонятней, тем сильней
Глаза мои бездонные, сухие. Слезами наполняются при ней…
Она и невидна, и невесома. И мы ее в сердцах своих несем…
Мелодии всемирная истома, как соль в воде, растворена во всем…
Покинув поднебесья голубые, спустившись в мир земной, где шум и гам.
Все звуки музыки: летящие, живые. Звучат, поют и наполняют зал!!!

Вальс

Ведущий:
Плывёт моряк на корабле
Он не тоскует по земле.
Он с ветром дружит и волной
Ведь море — дом его родной.

А мы встречаем бурными овациями смелых морячков из хореографического коллектива

Танец «веселые Матросы»

Ведущий:
Пусть навек исчезнут войны,
Чтобы дети всей земли
Дома спать могли спокойно,
Танцевать и петь могли,
Чтобы солнце улыбалось,
В окнах светлых отражалось
И сияло над землёй
Людям всем
И нам с тобой!

Танец

Ведущий:
Даша: Здравствуй, Родина моя!
Утром солнышко встаёт.
Всех на улицу зовёт.
Выхожу из дома я

– Здравствуй улица моя
Я пою, и в вышине, Подпевают птицы мне,
Травы шепчут мне в пути, Ты скорей, дружок , расти.
Подпеваю травам я, Подпеваю ветрам я,
Подпеваю солнцу я – Здравствуй, Родина моя!

Танец

Ведущий:
Живу в краю чудесном я… Мой Крым
Край прекрасный и многонациональный. И у каждого народа есть свои обычаи, традиции, песни и танцы, которые они приносят в наш край, делая его еще более красочным!

Танец

Ведущий:
Распаляется Ярило,
Лица радостью горят!
Пляска головы вскружила
У девчонок и ребят,
Щёки выкрасил румянец –
Тут и удаль, и задор!
Вырисовывает танец
Свой затейливый узор.
Закружились хороводы
Колесом: и вкруг, и вспять!
Пробудился дух народный –
Русской пляски не унять!

танец

Ведущий:
Талант — не единственная составляющая успеха, любому дарованию нужна не только благодатная почва для роста, но и бережное возделывание. Поэтому так велика роль педагога в судьбе юного таланта. Благодаря высокому профессионализму и мастерству руководителя хореографического коллектива «Радость» и «Восторг» ребята своими неповторимыми успехами и победами пополнили школьный небосвод яркими и разнообразными звездами.

Слова руководителю

Ведущий:
Вот и подвели мы черту под достижениями уходящего учебного года! Прощаясь, мы благодарим Вас за: ваши светящиеся радостью глаза, ваши улыбки, за ваши бурные овации. Я уверена, что эта встреча, несомненно, отозвалась теплом в ваших сердцах. Мы не прощаемся, а говорим лишь… До новой встречи в волшебном мире искусства, в котором вечно процветают: добро, понимание, свет и любовь! Всего вам доброго!

9.3. Календарно-тематическое планирование *к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Балет»*

1 год обучения

№	*Тема занятия*	*Кол-во часов*	*Форма контроля*	*Дата по плану*	*Дата по факту*	*Примечание*
1.	*Теория:* Вводный инструктаж по технике безопасности Изучение полуповоротов и поворотов в различных упражнениях у станка: battement tendu, battement tendu jete, battement fondu, battement frappe. Полуповороты и повороты выполняются на двух ногах через полупальцы, с подменой ноги через sur le cou-de-pied на целой стопе и на полупальцах	2	беседа			
2.	*Теория:* Правила исполнения поворота приемом fouette en dehors, en dedans; *Практика:* Разучивание на 1/4 и 1/2 круга en face и из позы в позу носком в пол и на 45	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
3.	*Теория:* Правила исполнения pas tombe на месте и с продвижением во всех направлениях, с окончанием на sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45, pas coupe *Практика:* разучивание комбинаций tombe на месте и с продвижением во всех направлениях, с окончанием на sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45, pas coupe	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
4.	*Практика:* Разучивание комбинаций с flic-flac en flace	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
5.	*Теория:* III форма port de bras с растяжкой вперед и назад, с переходом с одной ноги на другую; *Практика:* использование в комбинациях ronde de jambe par terre	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
6.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement soutenu на 45 en face и в позах(II и IV ararbesque)	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
7.	*Практика:* Изучение Battement frappe на полупальцах en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
8.	*Практика:* Разучивание Battement double frappe на полупальцах в demi plie en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
9.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement fondu на полупальцах и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
10.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement fondu plie-releve на полупальцах en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
11.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement fondu plie-	**2**	Пед.			

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
	releve на 45 с demi rond de jambe		наблюдение выполнение движений			
12.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement double fondu на 45 вперед, в сторону, назад en face и в позах. *Практика:* Растяжка	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
13.	*Практика:* Разучивание комбинации Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans на полупальцах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
14.	*Теория:* Изучение Battement releve lent на 90. Исполняется en face и в позах *Практика:* Разучивание комбинации Battement developpe plie-releve en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
15.	*Практика:* Отработка танцевальных движений у станка	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
16.	*Практика:* Изучение Battement developpe passé en face и из позы в позу	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
17.	*Практика:* Разучивание комбинации Grand battement jete pointe en face и в большие позы: croisee, efface, ecartee вперед и назад, II, IV arabesque	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
18.	*Практика:* Разучивание Preparation для пируэта en dehors и en dedans с V и II позиций *Теория:* Правила исполнения и ошибки малого пируэта en dehors и en dedans с V и II позиций	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
19.	*Практика:* Использование в танцевальных комбинциях полуповоротов и поворотов через полупальцы en dehors, en dedans.	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
20.	*Теория:* Изучение поворота fouette en dehors *Практика:* Изучение поворота fouette en dehors, en dedans на 1/4 и ½ круга en face и из позы в позу с носком на полу, на 45 и ошибки	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
21.	*Практика:* Отработка танцевальных движений у станка	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
22.	*Теория:* выразительность исполнения *Практика:* Работа над правильностью исполнения танцевальных движений;	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
23.	*Практика:* Изучение III формы port de bras с растяжкой и переходом с одной ноги на другую V и VI формы port de bras	**2**	Пед. наблюдение выполнени			

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
			е движений			
24.	*Практика:* Использование Battement tendu en tournant en dehors, en dedans по 1/8 поворота в танцевальных комбинациях	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
25.	*Практика:* Разучивание комбинации с использованием Battement tendu jete en tournant en dehors, en dedans по 1/8 поворота	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
26.	*Практика:* Разучивание комбинации и правила исполнения Rond de jambe par terre en tournant en dehors, en dedans по 1/8 поворота	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
27.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement fondu en face и в позах на 45 на полупальцах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
28.	*Практика:* Использование Battement fondu plie-releve en face и в позах на 45 на всей ступне и на полупальцах в танцевальных комбинациях	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
29.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement fondu double en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
30.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement soutenu en face и в позах на 45, на всей ступне и на полупальцах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
31.	*Практика:* Изучение Battement frappe en face и в позах на полупальцах Растяжка	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
32.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement double frappe en face и в позах на целой стопе, в demi plie и на полупальцах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
33.	*Практика:* Использование Petit battement sur le cou-de-pied на всей стопе и на полупальцах в комбинации с double frappe. Работа над техникой исполнения	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
34.	*Практика:* Разучивание комбинаций с использованием Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans на полупальцах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
35.	*Практика:* Работа над правильностью исполнения изученных движений экзерсиса	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
36.	*Теория:* Разучивание комбинации Battement releve lent *Практика:* комбинации Battement releve lent с подъемом на полупальцы и в demi plie en face и в большие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад I, II, III arabesques	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
37.	*Практика:* Разучивание комбинации Battement developpe в большие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад I, II, III, IV arabesque	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
38.	*Практика:* Соединение изученных танцевальных движений в небольшие этюды	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
39.	*Теория:* Изучение комбинации Demi rond de jambe *Практика:* Изучение комбинации Demi rond de jambe на 90 en face и из позы в позу en dehors, en dedans.	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
40.	*Практика:* Разучивание комбинации Grand battement jete pointe en face и в большие позы: croise, efface, ecartee, вперд и назад, I,II,III,IV arabesque	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
41.	*Практика:* Отработка правильности исполнения Temps lie на 90 с переходом на всю стопу	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
42.	*Практика:* Изучение Preparation для пируэта en dehors, en dedans с V,II,IV позиции	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
43.	*Практика:* Разучивание комбинации Pas de bourree ballotte croise и efface носком в пол на месте и с продвижением	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
44.	*Практика:* Использование Pas de bourree dessus-dessous в танцевальных этюдах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
45.	*Практика:* Изучение Soutenu en tournant en face en dehors, en dedans по 1/2 поворота, целый поворот с носка в пол и с 45	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
46.	*Практика:* Исполнение Pas glissade en tournant en dedans по диагонали	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
47.	*Практика:* Разучивание малого пируэта en dehors и en dedans с V,II,IV позиций с окончанием в V и IV позиции	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
48.	*Теория:* Правила исполнения Pas glissade *Практика:* Разучивание комбинации Pas glissade en face во	**2**	Пед. наблюдение			

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
	всех направлениях и в маленькие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад		выполнение движений			
49.	*Теория:* Изучение Правил исполнения Pas assemble *Практика:* Pas assemble en face вперед и назад, в маленькие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
50.	*Практика:* Повторение и отработка правильности исполнения Pas assemble с продвижением en face во всех направлениях	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
51.	*Практика:* Разучивание комбинации Pas jete en face и в epaulement вперед и назад, в малые позы, на месте и с продвижением	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
52.	*Теория:* Изучение Правил исполнения Pas echappe *Практика:* Разучивание комбинации Pas echappe на II и IV позиции с окончанием на одну ногу en face и epaulement	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
53.	*Практика:* Разучивание комбинации Temps leve en face и epaulemen; растяжка	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
54.	*Практика:* Разучивание танцевальных комбинаций использованем Pas coupe	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
55.	*Практика:* Отработка Pas ballonne в сторону без продвижения	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
56.	*Практика:* Изучение Sissonne tombe en face во всех направлениях и в позах с окончанием с носком на полу	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
57.	*Практика:* Разучивание комбинаций с использованием Pas chasse назад и в сторону	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
58.	*Практика:* Разучивание комбинации Sissinne ouverte на 45 en face и в позы. Музыкальный размер 4/4, 3/4, 2/4	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
59.	*Практика:* Разучивание комбинации Sissone fermee en face во всех направлениях и в позах. Музыкальный размер 3/4, 2/4	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
60.	*Практика:* Разучивание комбинации Temps lie sauté вперед и назад	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
61.	*Практика:* Изучение Temps leve в позах I,II,III,IV arabesque. Разучивается на месте и с продвижением по диагонали	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
62.	*Практика:* Использование Pas de basque вперед и назад в танцевальных комбинациях	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
63.	*Практика:* Изучение комбинации Pas de chat из V позиции в V	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
64.	*Теория:* Изучение Pas coupe и pas tombe. *Практика:* Использование Pas echappe в IV позицию на croise и efface	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
65.	*Теория:* комбинации Pas echappe *Практика:* Разучивание комбинации Pas echappe на II и IV позиции с окончанием на одну ногу en face и epaulement	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
66.	*Практика:* Использование Pas coupe ballonne в сторону в комбинациях	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
67.	*Практика:* Разучивание комбинации Pas jete en face и в позы. Pas jete fondu вперд и назад	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
68.	*Практика:* Разучивание комбинации Pas de bourree ballotte носком в пол на croise, efface без продвижения	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
69.	*Практика:* Изучение Pas de bourree dessus-dessous	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
70.	*Практика:* Разучивание комбинации Pas glissade en tournant по диагонали	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
71.	*Практика:* Разучивание комбинации Pas de bourree suivi и pas couru. Preparation пируэту и один пируэт из V позиции в V	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
72.	Итоговое занятие	**2**	Отчетный концерт			

2 год обучения

№	Содержание занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
1	Вводный инструктаж по технике безопасности Изучение полуповороты и повороты в различных упражнениях у станка: battement tendu, battement tendu jete, battement fondu, battement frappe. Полуповороты и повороты выполняются на двух ногах через полупальцы, с подменой ноги через sur le cou-de-pied на целой стопе и на полупальцах	2	беседа			
2	Изучение пируэта temps releve en tournant Правила исполнения temps releve en tournant	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
3	Изучение Pas tombe на месте и с продвижением Разучивание комбинаций Pas tombe на месте и с продвижением во всех направлениях, с окончанием на sur le cou-de-pied, носком в пол и на 45, pas coupe	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
4	Разучивание Pas ballotte носком в пол и на 45	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
5	IV форма port de bras с растяжкой вперед и назад, с переходом с одной ноги на другую	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
6	Изучение Battement soutenu на 45 en face и в позах(I и III arabesque)	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
7	Изучение комбинаций Battement frappe на полупальцах en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
8	Battement double frappe на полупальцах в demi plie en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
9	Правила исполнения Battement fondu с tombe вперед и назад и с полуповоротом	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
10	Изучение Battement fondu на 90 en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
11	Разучивание Battement fondu plie-releve на 90 с demi rond de jambe	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
12	Правила исполнения Battement double fondu на 90 вперед, в сторону, назад en face и в позах.	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
13	Изучение Rond de jambe en l’air en dehors, en dedans с окончанием demi plie	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
14	Battement releve lent на 90. Исполняется en face и в позах Battement developpe plie-releve en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
15	Battement developpe на 90 с demi rond de jambe en face и в позах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
16	Battement developpe passé en face и из позы в позу	**2**	Пед. наблюдение			

№	Содержание занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
			выполнение движений			
17	Grand ronde de jambe jete en dehors и en dedans	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
18	Разучивание Preparation для пируэта en dehors и en dedans с V и II позиций Пируэт en dehors и en dedans с V и II позиций	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
19	Правила исполнения полуповоротов и поворотов через полупальцы Полуповороты и повороты через полупальцы en dehors, en dedans.	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
20	Правила исполнения поворота fouette en dehors, en dedans Разучивание поворота fouette en dehors, en dedans	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
21	fouette en dehors, en dedans Разучивание поворота fouette en dehors, en dedans	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
22	Правила исполнения Пируэта со II позиции без приема fouette Разучивание Пируэта со II позиции без приема fouette	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
23	IV форма port de bras с растяжкой и переходом с одной ноги на другую V и VI формы port de bras	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
24	Battement tendu en tournant en dehors, en dedans по 1/4 поворота	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
25	Изучение Battement tendu jete en tournant en dehors, en dedans по 1/4 поворота Battement tendu jete balancoire en face и в позах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
26	Разучивание Rond de jambe par terre en tournant en dehors, en dedans по 1/2 поворота	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
27	Правила исполнения Battement fondu en face и в позах на 90 на полупальцах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
28	Battement fondu plie-releve en face и в позах на 90 на всей ступне и на полупальцах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
29	Разучивание Battement fondu double en face и в позах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
30	Battement soutenu en face и в позах на 90, на всей ступне и на полупальцах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
31	Изучение Battement frappe en face и в позах на полупальцах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
32	Battement double frappe en face и в позах на целой стопе, в demi plie и на полупальцах	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
33	Правила исполнения Petit battement sur le cou-de-pied	2	Пед. наблюдение			

№	Содержание занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
	на всей стопе и на полупальцах		выполнение движений			
34	Изучение Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans на полупальцах	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
35	Разучивание Petit temps releve на 90 en dehors и en dedans на целой стопе	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
36	Battement releve lent с подъемом на полупальцы и в demi plie en face и в большие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад I, II, III arabesques	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
37	Правила исполнения Battement developpe в большие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад I, II, III, IV arabesque	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
38	Изучение Battement developpe passé на 90 en face и из позы в позу	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
39	Demi rond de jambe на 90 en face и из позы в позу en dehors, en dedans.	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
40	Правила исполнения Grand battement jete pointe en face и в большие позы: croise, efface, ecartee, вперд и назад, I,II,III,IV arabesque	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
41	Temps lie на 90 с пируэтом en dedans и en dehors	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
42	Tour lent en dehors, en dedans с переходом из одной позы в другую через passe	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
43	Изучение Pas de bourree ballotte на месте и с продвижением	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
44	Разучивние Pas de bourree dessus-dessous en tournant	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
45	Soutenu en tournant en face en dehors, en dedans по 1/2 поворота, целый поворот с носка в пол и с 45	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
46	Изучение Pas glissade en tournant en dedans по диагонали	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
47	Разучивание Пируэт en dedans с coupe-шага по диагонали	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
48	Правила исполнения пируэта en dehors с degage по прямой и диагонали Разучивание пируэта en dehors с degage по прямой и диагонали	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
50	Правила исполнения пируэта Pas assemble en face вперед и назад Разучивание Pas assemble en face вперед и назад, в маленькие позы croisee, efface, ecartee вперед и назад	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
51	Правила исполнения pas assemble	**2**	Пед. наблюдение			

№	Содержание занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
	изучение pas assemble с продвижением en face во всех направлениях		выполнение движений			
52	Pas jete en face и в epaulement вперед и назад, в малые позы, на месте и с продвижением	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
53	Разучивание Pas echappe на II и IV позиции с окончанием на одну ногу en face и epaulement	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
54	Изучение комбинации Temps leve en face и epaulement	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
55	Разучивание комбинации Pas faille вперед и назад	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
56	Изучение Pas ballonne в сторону с продвижением	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
57	Sissonne tombe en face во всех направлениях и в позах с окончанием с носком на полу	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
58	Разучивание Pas chasse назад и в сторону	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
59	Sissonne ouverte на 45 en face и в позы.	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
60	Правила исполнения Pas de bourree simple en tournant	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
61	Изучение Pas de bourree ballotte на ¼ поворота	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
62	Разучивание Pas echappe en tournant на II позицию на ½ поворота	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
63	Pas couru по диагонали и по кругу	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
64	Изучение комбинации Changement de pied en face	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
65	Правила иполнения Pas coupe и pas tombe. Разучивание Pas echappe в IV позицию на croise и efface	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
66	Правила исполнения Pas echappe Pas echappe на II и IV позиции с окончанием на одну ногу en face и epaulement	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
67	Правила исполнения Pas coupe Разучивание Pas coupe ballonne в сторону	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
68	Pas jete en face и в позы.	2	Пед. наблюдение выполнение движений			
69	Разучивание комбинации Pas de bourree ballotte на	2	Пед. наблюдение			

№	Содержание занятия	Кол-во часов	Форма контроля	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
	croise, efface с продвижением		выполнение движений			
70	Изучение Pas de bourree dessus-dessous	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
71	Правила исполнения Pas glissade en tournant по диагонали. Изучение Pas de bourree suivi и pas couru. Pas suivi en tournant Пируэт из V позиции в V	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			
72	Итоговое занятие	**2**	Пед. наблюдение выполнение движений			

9.4. Лист корректировки
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Балет»

№ п/п	*Дата корректировки*	*Причина корректировки*	*Согласование с руководителем учреждения*