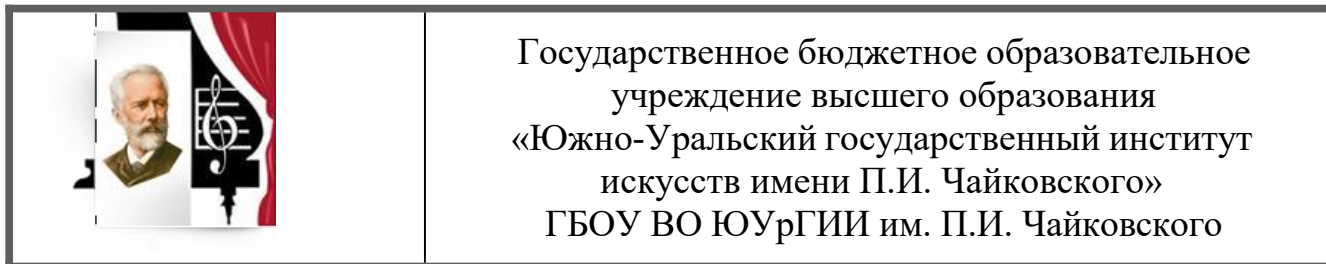


Министерство культуры Челябинской области



Рабочая программа дисциплины Б1.В.Д14

ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

по направлению подготовки **52.03.01** Хореографическое искусство
(уровень бакалавриата)

Профиль
Искусство балетмейстера

Уровень образования – высшее образование (бакалавриат)

Форма обучения – заочная

Нормативный срок обучения – 4 года 6 месяцев

Челябинск
2021

Рабочая программа представляет собой комплект учебно-методических материалов по дисциплине Тренаж классического танца. Данная работа соответствует целям и требованиям компетентностного подхода в системе высшего образования.

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство (уровень бакалавриата).

Разработчик:

Т.А. Сулейманова, заслуженная артистка РФ, преподаватель хореографического факультета _____

подпись

Учебно-методический комплекс дисциплины одобрен и рекомендован кафедрой хореографического искусства

Протокол заседания от _____ г. № _____

Заведующий кафедрой _____ Ю.О. Репицына

© Южно-Уральский государственный институт искусств имени П.И. Чайковского, 2021

Содержание

1. Пояснительная записка.....	4
1.1.Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
1.2.цели и задачи изучения дисциплины.....	4
1.3.Перечень планируемых результатов обучения	5
1.4. Объем дисциплины.....	6
2.Структура и содержание дисциплины.....	6
3.Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» для освоения дисциплины.....	31
4. Методические рекомендации преподавателю.....	32
5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	33
6. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.....	34

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина Б1.В.Д14 Тренаж классического танца является дисциплиной вариативной части Блока1, которая необходима для подготовки студентов по основной профессиональной образовательной программе высшего образования по специальности 52.03.01 Хореографическое искусство (уровень бакалавриата).

Дисциплина реализуется на факультете хореографического искусства.

Дисциплина Тренаж классического танца базируется на знаниях, полученных в рамках дисциплины Наследие и репертуар в системе среднего профессионального образования, а также опирается на сумму знаний, полученных в результате освоения дисциплин История хореографического искусства, История и теория музыкального искусства, Искусство балетмейстера, Теория и практика актерского мастерства в балетном театре в системе высшего профессионального образования.

Освоение дисциплины Тренаж классического танца является той теоретической и практической базой, на основе которой формируется будущий специалист и определяется его квалификация .

Цели и задачи изучения дисциплины

Цель дисциплины - поддержание в должном качестве и совершенствование практических навыков студентов.

Задачи курса:

- формирование всесторонне развитой личности, умеющей использовать средства классического танца для укрепления здоровья, повышения работоспособности и жизнедеятельности, продления творческого долголетия и формирование личности для решения многих социальных задач;
- обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии.

Перечень планируемых результатов обучения

Код и наименование универсальной компетенции	Этапы формирования	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
УК- 7 способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1-8 семестр	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятийный аппарат классического танца; - основы методики исполнения движений классического танца; - роль тренажа классического танца в профессиональной подготовке артиста балета; - требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять комплексы специальных хореографических упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств; - соблюдать требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - системой практических умений и навыков, обеспечивающих использование элементов классического танца для сохранения и укрепления здоровья, развития и совершенствования психофизических способностей и качеств; - выносливостью для возможности неоднократного показа движений классического танца в будущей педагогической деятельности.

Код и наименование профессиональной компетенции	Этапы формирования	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции
Профессиональные компетенции		
ПК-28 способность использовать методы контроля и дозирования специфической физической нагрузки во время репетиционных занятий	1-8 семестр	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понятийный аппарат классического танца; - основы методики исполнения движений классического танца; - роль тренажа классического танца в профессиональной подготовке артиста балета; - требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять комплексы специальных хореографических упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств; - соблюдать требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца;

		<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - системой практических умений и навыков, обеспечивающих использование элементов классического танца для сохранения и укрепления здоровья, развития и совершенствования психофизических способностей и качеств; - выносливостью для возможности неоднократного показа движений классического танца в будущей педагогической деятельности.
--	--	---

Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единиц, общий объем часов 144, в том числе:

- индивидуальные практические занятия – 48 часа;
- самостоятельная работа – 24 часа.

Время изучения дисциплины – 1-8 семестры.

Форма промежуточного контроля – зачеты (2,4,6,8 семестр).

Объем дисциплины по годам обучения

Период Виды учебных занятий	I курс		II курс		III курс		IV курс	
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр
Аудиторные занятия (в часах)	6	6	6	6	6	6	6	6
Самостоятельная работа	3	3	3	3	3	3	3	3

2. Структура и содержание дисциплины

Тема изучения дисциплины	Кол-во академ. часов	Вид Учебных занятий	Вид самостоятельной работы
1 курс, 1 семестр			
<p><i>Раздел 1.</i></p> <p>Тема 1. Классический танец и его школа.</p> <p>Тема 2. Терминология классического танца.</p>	6	Практические занятия	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
1 курс, II семестр			
<p><i>Раздел 2.</i></p> <p>Тема 3. Методика изучения и исполнения движений:</p> <p>1) первый год обучения;</p> <p>2) второй год обучения;</p>	6	Практические занятия.	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических

			качеств;
2 курс, III семестр			
Тема 4.. Методика изучения и исполнения движений : 1)третий год обучения; 2)четвертый год обучения;	6	Практические занятия.	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
2 курс, IV семестр			
Тема 5 Методика изучения и исполнения движений : 1)пятый год обучения; 2)шестой год обучения; Тема 6. Методика изучения и исполнения движений: 1)седьмой год обучения; 2)восьмой год обучения;	6	Практические занятия.	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
3 курс, V семестр			
Раздел 3. Методика педагогической работы. Тема 7. Теория и методика классического танца 1)Показ и объяснение последовательности отдельных движений экзерсиса у палки, на середине зала, прыжков и движений на пуантах. 2) Правила исполнения движений. 3) Показ поз классического танца. 4)Объяснение методики постановки рук и корпуса. Тема 8. Анатомические основы хореографии	6	Практические занятия.	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
3 курс, VI семестр			
Раздел 4. Методическая раскладка. Тема 9: название движения, его характер, для мужского или женского класса; Тема 10: характер музыкального сопровождения; 1) показ, правила исполнения в сочетании с музыкальной раскладкой; 2)возможные сочетания с другими движениями.	6	Практические занятия	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
4 курс, VII семестр			
Раздел 5. Составление урока. Тема 1. Методика построения комбинаций. Тема 2. План урока.	6	Практические занятия	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие про-

Тема 3.Работа с концертмейстером. Тема 4.Проведение урока на группе.			фессионально необходимых физических качеств;
4 курс, VIII семестр			
Раздел 6. Роль тренажа классического танца в профессиональной подготовке артиста балета. Тема1: Физическая выносливость. Тема 2: Образы классического наследия;	6	Практические занятия	Регулярно выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;

Содержание дисциплины

1 семестр

Основной задачей является постановка корпуса, ног, рук и головы. Изучение движений экзерсиса у станка и на середине зала, прыжков, движений на пальцах. Овладение элементарными навыками координации, музыкальностью и выразительностью исполнения port de bras и других движений. Работа над развитием профессиональных данных учащихся. Первоначальное знакомство с техникой полуповоротов и поворотов на двух ногах.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

1. Позиции ног – I, II, III, V, IV.
2. Позиции рук – подготовительное положение, 1, 2, 3.
3. Demi-pliés в I, II, V и IV позициях.
4. Grand pliés в I, II, V и IV позициях.
5. Battements tendus:
 - а) с I позиции в сторону, вперед, назад;
 - б) с demi-pliés в I позиции в сторону, вперед, назад;
 - в) с V позиции в сторону, вперед, назад;
 - г) с demi-pliés в V позиции в сторону, вперед, назад;
 - д) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиций;
 - е) с demi-pliés во II позиции без перехода с опорной ноги с I и V позиций;
 - ж) passé par terre (проведение ноги вперед и назад через I позицию).
6. Battements tendus jetés:
 - а) с I и V позиций в сторону, вперед, назад;
 - б) с demi-pliés в I и V позициях в сторону, вперед, назад;
 - в) riquéés в сторону, вперед, назад;
7. 1-е и 3-е port de bras.
8. Demi-rond и rond de jambe par terre en dehors и en dedans (в начале объясняется понятие en dehors и en dedans).
9. Préparation для rond de jambe par terre en dehors и en dedans.

10. Rond de jambe par terre en dehors и en dedans на demi-pliés.
11. Plié-soutenus вперёд, в сторону, назад по I позиции на всей стопе, по V позиции на всей стопе и с подъёмом на полупальцы.
12. Положение ноги sur le cou-de-pied спереди, сзади и обхватное.
13. Battements fondus в сторону, вперед, назад носком в пол и на 45°.
14. Battements soutenus вперед, в сторону, назад носком в пол и на 45°, на всей стопе и с подъёмом на полупальцы.
15. Battements retirés sur le cou-de-pied и на 90°.
16. Battements frappés в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30°, на всей стопе, (на полупальцах – факультативно).
17. Petits battement sur le cou-de-pied на всей стопе, (на полупальцах – факультативно).
18. Battements doubles frappés в сторону, вперед, назад носком в пол и на 30° на всей стопе, (на полупальцах – факультативно).
19. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.
20. Battements relevés lents на 45° и на 90° с I и V позиций в сторону, вперед, назад.
21. Battements développés:
 - а) вперед, в сторону, назад;
 - б) passés со всех направлений.
22. Grands battements jetés с I и V позиций вперед, в сторону, назад.
23. Relevés на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с demi-pliés, (с работающей ногой в положении sur le cou-de-pied – факультативно).
24. Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку).
25. Pas de bourrée suivi на месте и с продвижением (лицом к станку).
26. Pas de bourrée с переменной ног (лицом к станку).
27. Pas courbé на всю стопу и на полупальцы, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
28. Полуповорот(demi-detourné) в V позиции к станку и от станка с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-plié, и полный поворот (detourné).
29. Préparation к pirouette sur le cou-de-pied с V позиции en dehors и en dedans.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

1. Позиции ног – I, II, III, V, IV.
2. Позиции рук – подготовительное положение, 1, 2, 3.
3. Demi-pliés в I, II позициях en face, в V, IV позициях en face и épaulement.
4. Grand pliés в I и II позициях en face, в V позиции en face и épaulement.
5. 1-е, 2-е, 3-е port de bras.
6. Battements tendus:
 - а) с I и V позиций во всех направлениях;

- б) с *demi-plié* в I и V позициях во всех направлениях; в) с опусканием пятки во II позицию с I и V позиций;
- г) с *demi-plié* во II позиции без перехода с опорной ноги и с переходом.
- д) в позах: *croisée*, *effasée*, I и III *arabesque*;
- е) *passé par terre*.
- 7. *Battements tendus jetés*:
 - а) с I и V позиций во всех направлениях;
 - б) с *demi-pliés* в I и V позициях во всех направлениях; в) *riqué* во всех направлениях;
- 8. *Demi-rond* и *rond de jambe par terre en dehors* и *en dedans*.
- 9. *Préparation* для *rond de jambe par terre en dehors* и *en dedans*.
- 10. *Plié-soutenus* во всех направлениях.
- 11. *Battements fondus* носком в пол и на 45° во всех направлениях.
- 12. *Battements soutenus* носком в пол и на 45° во всех направлениях.
- 13. *Battements frappés* носком в пол и на 30° во всех направлениях.
- 14. *Petits battements sur le sou-de-pied*.
- 15. *Battements doubles frappés* носком в пол и на 30° во всех направлениях.
- 16. Положение *erapement croisé* и *effacé*.
- 17. Позы: *croisée*, *effacée*, *ecartée* вперёд и назад; I, II и III *arabesques*.
- 18. *Rond de jambe en l'air en dehors* и *en dedans*.
- 19. *Battements relevés lents* во всех направлениях на 45° и на 90°.
- 20. *Battements développés* во всех направлениях.
- 21. *Grands battements jetés* с I и V позиций во всех направлениях.
- 22. *Relevés* на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с *demi-pliés*.
- 23. *Pas debourrée suivi en face* на месте, с продвижением во всех направлениях и *en tournant*.
- 24. *Pas de bourrée* с переменной ног *en face* и с окончанием в *erapement*.
- 25. *Pas courru* вперёд и назад на полупальцах.
- 26. *Temps lié par terre*.
- 27. Полуоборот (*demi-detourné*) в V позиции с переменной ног и полный поворот (*detourné*).

ALLEGRO.

- 1. *Temps sauté* по I, II и V позициям.
- 2. *Changement de pieds*.
- 3. *Pas échappé* во II позицию.
- 4. *Pas assemble* с открыванием ноги в сторону, к концу года вперед и назад *en face*.
- 5. *Pas glissade* в сторону, (к концу года вперёд и назад *en face* – факультативно).
- 6. *Pas balancé*.
- 7. *Sissonne fermée* в сторону, (к концу года вперёд и назад *en face* – факультативно).

8. Sissonne simple.
9. Pas jeté с открыванием ноги в сторону.
10. Pas de basque вперёд (сценическая форма).
11. Pas польки.
12. Трамплинные прыжки.

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ.

1. Relevés по I, II и V позициям.
2. Pas échappé во II позицию с I и V позиций.
3. Pas assemblé soutenu en face с открыванием ноги в сторону, вперёд и назад.
4. Pas de bourrée с переменной ног en face и épaulement.
5. Pas de bourrée suivi en face на месте, с продвижением во всех направлениях и en tournant.
6. Pas couru вперёд и назад.
7. Pas glissade в сторону.

2

семестр

Развитие выносливости путём повторения пройденных движений в увеличенном количестве и в более быстром темпе. Изучение движений у станка на полупальцах, проработка полуповоротов и поворотов на одной ноге. Первоначальное изучение pirouette у станка и на середине зала. Исполнение движений в позах. Усложнение сочетаний движений необходимое для дальнейшего развития координации. Изучение прыжков с окончанием на одну ногу. Работа над выразительностью и музыкальностью исполнения.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Большие и маленькие позы: croisée, effacée, ecartée вперёд и назад, II arabesque носком в пол на вытянутой ноге и на demi-plié (по мере усвоения позы вводятся в различные упражнения).
2. Battements tendus:
 - а) с demi-plié в IV позиции без перехода и с переходом с опорной ноги;
 - б) double (с двойным опусканием пятки во II позицию);
 - в) во всех маленьких и больших позах.
3. Battements tendus jetés:
 - а) в маленьких и больших позах; в) balancoire en face.
4. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans на всей стопе, на demi-plié и на полупальцах.
5. Battements fondus:
 - а) double на всей стопе и на полупальцах;

- б) в маленьких позах;
 - в) с *plié-relevé en face* и в маленьких позах.
6. *Battements soutenus* на полупальцах *en face* и в маленьких позах.
 7. *Battements frappés* на полупальцах во всех направлениях *en face* и в позах.
 8. *Battements doubles frappés* на полупальцах во всех направлениях *en face* и в позах, и с окончанием в *demi-plié*.
 9. *Petits battements sur le sou-de-pied* на полупальцах с акцентом спереди и сзади.
 10. *Flic* вперёд и назад на всей стопе и с подъёмом на полупальцы.
 11. *Pas tombé*:
 - а) на месте, другая нога в положении *sur le sou-de-pied*;
 - б) с продвижением вперёд и назад, другая нога в положении *sur le sou-de-pied* или носком в пол.
 12. *Pas couré* на полупальцы, другая нога в положении *sur le sou-de-pied* или на 45° .
 13. *Rond de jambe en l'air en dehors* и *en dedans* на полупальцах.
 14. *Petit temps relevé en dehors* и *en dedans* на всей стопе и с окончанием на полупальцы.
 15. *Battements relevés lents* и *battements développés*:
 - а) в позах *croisée*, *effacée*, *écartée* вперёд и назад, *attitude effacée* и *croisée*, *II arabesque* на всей стопе и с подъёмом на полупальцы. б) *battements développés passé*.
 16. *Demi-rond de jambe* и *grand rond de jambe* на 90° *en dehors* и *en dedans* на всей стопе *en face*.
 17. *Grands battements jetés*:
 - а) в позах;
 - б) *pointés en face* и в позах;
 - в) *passé par terre* с окончанием на носок вперёд и назад.
 18. *Relevés* на полупальцы:
 - а) в IV позиции;
 - б) с работающей ногой, поднятой на 45° .
 19. 1-е и 3-е *port de bras* с ногой, вытянутой на носок вперёд, назад и в сторону, 3-е *port de bras* с *demi-plié* на опорной ноге.
 20. Поворот *fouette en dehors* и *en dedans* на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга с носком на полу, на вытянутой ноге и на *demi-plié*.
 21. *Soutenu en tournant en dehors* и *en dedans*, начиная носком в пол на $\frac{1}{2}$ поворота и полный поворот.
 22. Полуповороты на одной ноге *en dehors* и *en dedans*:
 - а) с работающей ногой в положении *sur le sou-de-pied*; б) с подменной ноги на всей стопе и на полупальцах.
 23. *Pirouette en dehors* и *en dedans* с V позиции.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

1. Большие и маленькие позы: *croisée, effacée, ecartée* вперёд и назад, I, II, III *arabesque* (по мере усвоения вводятся в различные упражнения).
2. *Grand plié* в IV позиции *epaulements croisé* и *effacé*.
3. *Battements tendus*:
 - а) в маленьких и больших позах;
 - б) с *demi-plié* в IV позиции без перехода с опорной нот и с переходом; в) *double* (с двойным опусканием пятки во II позицию).
4. *Battements tendus jetés*:
 - а) в маленьких и больших позах;
 - б) *piqués* в позах;
 - в) *balancoire en face*.
5. *Rond de jambe par terre en dehors* и *en dedans* на *demi-plié*.
6. *Demi-rond de jambe* и *rond de jambe* на 45° *en dehors* и *en dedans* на всей стопе.
7. *Battements fondus*:
 - а) в маленьких позах;
 - б) с *plié-relevé en face* и в маленьких позах. в) *double en face*.
8. *Battements soutenus en face* и в маленьких позах носком в пол и на 45° , на всей стопе и на полупальцах.
9. *Battements frappes* в маленьких позах носком в пол и на 30° .
10. *Battements doubles frappés* в маленьких позах носком в пол и на 30° .
11. *Petits battements sur le sou-de-pied* на всей стопе, (наполупальцах – факультативно).
12. *Rond de jambe en l'air en dehors* и *en dedans*.
13. *Petit temps relevé en dehors* и *en dedans* на всей стопе.
14. *Flic* вперёд и назад на всей стопе.
15. *Pas tombé* на месте, другая нога в положении *sur le sou-de-pied*.
16. *Pas couré* на всю стопу и на полупальцы, другая нога на 45° .
17. *Battements relevés lents* и *battements développés*:
 - а) во всех больших позах, кроме IV *arabesque*;
 - б) *passé en face* и при переходе из позы в позу.
18. *Demi-rond de jambe* и *grand rond de jambe* на 90° *en dehors* и *en dedans*, *en face*.
19. *Grands battements jetés*:
 - а) в больших позах;
 - б) *pointés en face* и в позах.
20. 4-е и 5-е *port de bras*.
21. *Temps lié par terre* с перегибом корпуса.
22. Поза IV *arabesque* носком в пол.
23. *Relevés* на полупальцы:
 - а) в IV позиции *croisée* и *effacée*;
 - б) с работающей ногой в положении *sur le sou-de-pied*;
 - в) с работающей ногой, поднятой на 45° .

24. Pas de bourrée:
 - а) без перемены ног, с продвижением из стороны в сторону носком в пол и на 45°;
 - б) ballotté на effacée и croisée носком в пол и на 45°.
25. Preparation к pirouette en dehors и en dedans со II, IV, V позиций с окончанием в V и IV позиции.
26. Pirouette en dehors и en dedans со II, IV, V позиций с окончанием в V и IV позиции.
27. Pas jeté (riqué) на полупальцы, другая нога в положении sur le cou-de-pied во всех направлениях и позах.
28. Soutenus en tournant en dehors и en dedans на ½ поворота и полный поворот, начиная носком в пол.
29. Glissade en tournant en dehors и en dedans на ½ поворота и полный поворот с продвижением в сторону.
30. Поворот fouetté en dehors и en dedans на ¼ круга en face и из позы в позу с носком на полу, на вытянутой ноге и на demi-plié.

ALLEGRO.

1. Temps sauté по IV позиции.
2. Grand changement de pieds.
3. Petit changement de pieds.
4. Changement de pieds en tournant на ⅓, ¼, ¼, поворота.
5. Grand pas echappé на II и IV позиции, на croisée и effacée.
6. Pas echappé на II и IV позиции с окончанием на одну ногу, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
7. Pas assemble en face и в позах croisee и effacee.
8. Double pas assemblé.
9. Sissonne simple en face и в маленьких позах.
10. Pas jeté en face и в позах.
11. Pas glissade во всех направлениях en face и в маленьких позах.
12. Pas coupé.
13. Petit pas chassé во всех направлениях en face и в позах.
14. Pas de chat.
15. Sissonne fermée во всех направлениях en face и в позах.
16. Sissonne ouverte par developpe на 45° en face и в позах.
17. Pas emboîté вперёд и назад sur le cou-de-pied, на 45° на месте, с продвижением и с поворотом вокруг себя
18. Pas de basque вперёд и назад.
19. Pas balancé во всех направлениях и en tournant на ¼ круга.
20. Temps levé в позах I и II arabesques(сценический sissonne).
21. Pas échappé battu.
22. Tour en l'air (мужской класс).

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ.

1. Relevé по IV позиции на croisée и effacée в маленьких и больших позах.
2. Pas échappé:
 - а) в IV позиции на croisée и effacée в позах;
 - б) по II и IV позиции с окончанием на одну ногу, другая в положении sur le sou-de-pied вперёд и назад.
3. Pas assemblé soutenu в позах.
4. Pas de bourrée:
 - а) без перемены ног с продвижением из стороны в сторону с окончанием носком в пол и на 45° ;
 - б) ballotté на croisée и effacée носком в пол и на 45° .
5. Pas de bourrée suivi во всех направлениях в маленьких и больших позах.
6. Pas couru вперёд и назад в маленьких и больших позах.
7. Pas glissade с продвижением в маленьких и больших позах.
8. Temps lié par terre.
9. Pas glissade en tournant en dehors en dedans по $\frac{1}{2}$ поворота с продвижением в сторону.
10. Sissonne simple:
 - а) en face и в позах;
 - б) en tournant по $\frac{1}{4}$ поворота en dehors и en dedans.
11. Sus-sous в маленьких и больших позах.
12. Pas jeté (piqué):
 - а) на месте с открыванием ноги в сторону;
 - б) с продвижением вперёд, в сторону и назад, другая нога в положении sur le sou-de-pied.
13. Pas-courré-ballonné с открыванием ноги в сторону.
14. Полуповорот (demi-detourné) и полный поворот (detourné) в V позиции.
15. Preparation к pirouette en dehors и en dedans с V и IV позиции и pirouette с V позиции, (с IV позиции – факультативно).

3

семестр

Развитие устойчивости. Введение полупальцев в экзерсис на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений (ряд движений исполняется восьмыми долями). Начало освоения движений en tournant. Изучение pirouette. Изучение заносок, прыжков на пальцах. Дальнейшее развитие координации движений во всех разделах урока, работа над выразительностью и музыкальностью.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Grands pliés с port de bras.
2. Battements tendus pour batterie.
3. Rond de jambe на 45° en dehors и en dedans, на полупальцах и на demi-plié

en face и из позы в позу.

4. Battements fondus:
 - а) с plié-relevé и demi-rond и rond de jambe на 45° en face и из позы в позу;
 - б) на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.
5. Battements soutenus на 90° во всех направлениях en face и в позах на всей стопе и на полупальцах.
6. Battements frappés с relevé на полупальцы.
7. Battements doubles frappés с relevé на полупальцы.
8. Flic-flac en face на всей стопе, с окончанием на полупальцы и en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота, (полный поворот - факультативно).
9. Pas tombé с продвижением, другая нога на 45° .
10. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием в demi-plié.
11. Battements relevés lents и battements développés en face и в позах:
 - а) с подъёмом на полупальцы и на полупальцах;
 - б) на demi-plié;
 - в) с demi-plié и переходом с ноги на ногу.
12. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на полупальцах и на demi-plié.
13. Grands battements jetés passe par terre с окончанием на носок вперед или назад.
14. 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на plié (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и с переходом.
15. Soutenu en tournant en dehors и en dedans начиная на 45° со всех направлений.
16. Полуповороты на одной ноге en dehors и en dedans, работающая нога в положении sur le cou-de-pied и с приёма pas tombé.
17. Pirouette с V позиции en dehors и en dedans. ($1\frac{1}{2}$ pirouette - факультативно).

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

1. Grands pliés с port de bras.
2. Battements tendus en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{8}$ круга, (по $\frac{1}{2}$ круга - факультативно).
3. Battements tendus jetés en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ круга, (по $\frac{1}{4}$ - факультативно).
4. Rond de jambe par terre en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ круга, (по $\frac{1}{4}$ - факультативно).
5. Demi-rond de jambe и rond de jambe на 45° en dehors и en dedans, на полупальцах и на demi-plié en face.
6. Battements fondus :
 - а) на полупальцах en face и в позах;
 - б) с plié-relevé и demi-rond de jambe на 45° en face на всей стопе и на полупальцах;
 - в) double на полупальцах;

- г) на 90° en face и в позах на всей стопе.
7. Battements soutenus:
 - а) на 45° в маленьких позах на полупальцах;
 - б) на 90° en face и в позах, на всей стопе и на полупальцах.
 8. Battements frappés на полупальцах и с relevé на полупальцы.
 9. Battements doubles frappés:
 - а) на полупальцах;
 - б) с relevé на полупальцы;
 - в) с окончанием в demi-plié en face и в позы.
 10. Petit battemnt sur le sou-de-peid на полупальцах.
 11. Flic-flac en face на всей стопе и с окончанием на полупальцы.
 12. Pas tombé с продвижением, и с окончанием sur le sou-de-peid, носком в пол, и на 45°.
 13. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на полупальцах, и с окончанием в demi-plié.
 14. Petit temps relevé en dehors и en dedans с окончанием на полупальцы.
 15. Battements relevés lents и battements développés:
 - а) в IV arabesque на всей стопе;
 - б) en face и в позах (кроме IV arabesque и ecartée) с подъёмом на полупальцы, и на demi-plié;
 - в) с demi-plié и переходом с ноги на ногу en face и в позах.
 16. Grand rond de jambe développé en dehors и en dedans, en face и из позы в позу на всей стопе.
 17. Temps lié на 90° с переходом на всю стопу.
 18. Grands battements jetés passé par terre с окончанием на носок вперёд или назад en face и в позы.
 19. 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на plié (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и с переходом.
 20. 6-е port de bras.
 21. Pas de bourrée dessus-dessous en face.
 22. Pas de bourrée en tournant:
 - а) ballotté по ¼ поворота;
 - б) с переменной ног en dehors и en dedans.
 23. Pas jeté fondu с продвижением вперёд и назад.
 24. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная носком в пол и на 45° со всех направлений.
 25. Pas glissade en tournant по диагонали (2-4).
 26. Поворот fouetté en dehors и en dedans на ½ круга en face и из позы в позу с носком на полу, на вытянутой ноге и на demi-plié.
 27. Pirouette en dehors и en dedans с V, IV, и II позиций, с окончанием в V, IV позиции, (2 pirouettes - факультативно).

ALLEGRO

1. Temps sauté с продвижением вперед, в сторону и назад.
2. Changements de pieds с продвижением вперед, в сторону и назад.
3. Pas échappé На II и IV позиции en tournant по $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.
4. Pas assemblé с продвижением en face и в позах.
5. Sissonne simple en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.
6. Pas jeté с продвижением во всех направлениях, с ногой в положении sur le cou-de-peid и на 45° .
7. Pas de chat(сброском ног назад).
8. Temps leve с ногой в положении sur le cou-de-peid.
9. Sissonne ouverte на 45° в маленьких позах.
10. Sissonne tombé во всех направлениях en face и в позах.
11. Temps lié sauté.
12. Pas ballonné во всех направлениях en face и в позах, на месте и с продвижением.
13. Entrechat-quatre.
14. Royale.
15. Pas assemblé battu (мужской класс- факультативно).
16. Tour en l'air (мужской класс).

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ.

1. Pas échappé en tournant на II и IV позиции по $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.
2. Pas assemblé soutenu en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{2}$ поворота и полному повороту.
3. Pas de bourrée dessus-dessous en face.
4. Pas de bourrée ballotté en tournant по $\frac{1}{4}$ поворота.
5. Pas glissade en tournant:
 - а) с продвижением в сторону en dehors и en dedans по $\frac{1}{2}$ и полному повороту;
 - б) по диагонали (2-4).
6. Sissonne simple en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота.
7. Sissonne ouverte par développé на 45° во всех направлениях и позах.
8. Pas tombé из позы в позу на 45° .
9. Relevés на одной ноге, другая в положении sur le cou-de-peid и на 45° (2-4).
10. Pas ballonné во всех направлениях и в маленьких позах (2-4).
11. Pas jeté (piqué) в позы на 45° и с окончанием в demi-plié.
12. Pas jeté fondu по диагонали вперед и назад.
13. Pirouette sur le cou-de-peid en dehors и en dedans с V и IV позиций.
14. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из положения носком в пол.
15. Pas польки во всех направлениях.
16. Temps sauté по V позиции на месте и с продвижением.

17. Changement de pied en face и en tournant.

4 семестр

Работа над устойчивостью на полупальцах и пальцах в больших позах. Увеличение физической нагрузки с целью дальнейшего развития силы ног и выносливости учащихся. Tour lent в больших позах. Подготовка к вращениям в больших позах. Исполнение упражнений на середине зала en tournant. Продолжение освоения техники pirouette. Изучение заносок с окончанием на одну ногу. Начало изучения больших прыжков. Работа над выразительностью, пластичностью корпуса и рук.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Battements doubles frappés с поворотом на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.
2. Battements battus sur le cou-de-peid вперед и назад épaulement.
3. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans, en face и из позы в позу с окончанием на 45° .
4. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с relevé и plié-relevé на полупальцы.
5. Battements relevés lents и battements développés:
 - а) с plié-relevé en face и в позах;
 - б) с plié-relevé demi-rond de jambe en face и из позы в позу.
6. Battements développés ballottés.
7. Demi-rond de jambe и grand rond de jambe développé из позы в позу.
8. Grand rond de jambe jeté en dehors и en dedans.
9. Battements développés tombés с окончанием носком в пол и на 90° en face.
10. Grands battements jetés:
 - а) на полупальцах;
 - б) grands battements jetés développés (мягкие battements) на всей стопе и на полупальцах.
11. Полуповорот en dehors и en dedans из позы позу через passé на 45° и 90° на полупальцах и с plié-relevé.
12. Поворот fouetté en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга с ногой, поднятой вперед или назад:
 - а) на 45° на полупальцах и с plié-relevé; б) на 90° на всей стопе.
13. Grand rond de jambe на 90° en dehors и en dedans на demi-plié.
14. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на 90° и больших поз.
15. Pirouette en dehors и en dedans, начиная с ногой в положении sur le cou-de-peid.
16. Pirouette en dehors и en dedans, начиная с открытой ноги во всех направлениях на 45° .
17. Pirouette en dehors и en dedans с temps relevé.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

1. Battements tendus en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{2}$ круга.
2. Battements tendus jetés en tournant, en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$, $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.
3. Rond de jambe par terre en tournant, en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$, $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга.
4. Rond de jambe на 45° с plié-relevé.
5. Battements fondus на 90° в больших позах.
6. Petits pas jetés en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота с продвижением в сторону.
7. Battements doubles frappés с plié-relevé.
8. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans с окончанием в demi-plié и с plié-relevé.
9. Battements relevés lents и battements développés en face и в позах, на полупальцах и с plié-relevé, (в IV arabesque и ecartée с подъёмом на полупальцы и в demi-plié).
10. Demi-rond de jambe développé en face и из позы в позу на полупальцах, на demi-plié и с plié-relevé.
11. Battements développés tombés с окончанием носком в пол и на 90° .
12. Temps lié на 90° с переходом на полупальцы.
13. Tour lent en dehors и en dedans:
 - а) во всех больших позах;
 - б) из позы в позу через passé на 90° ; в) на demi-plié.
14. Grand battements jetés:
 - а) в позу IV arabesque;
 - б) développés («мягкие» battements) en face и в позах.
15. Pas de bourrée dessus-dessous en tournant en dehors и en dedans.
16. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная со всех направлений на 90° и больших поз.
17. Поворот fouetté en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ круга с ногой, поднятой вперёд или назад на 45° на полупальцах и с plié-relevé.
18. Preparation к tours в больших позах en dehors и en dedans с IV и II позиций.
19. Tours chaîne(4-8).
20. Pirouettes en dehors с V позиции по одному подряд (4-8).
21. Flic-flac на всей стопе en face с окончанием на полупальцы en face и в позы на 45° .
22. Tour tire-bouchon en dehors и en dedans, (2 tours - факультативно).
23. Pas glissade en tournant по диагонали (8).

ALLEGRO.

1. Pas échappé battu с усложнённой заноской.
2. Pas échappé battu с окончанием на одну ногу.

3. Pas assemblé battu.
4. Pas assemblé с продвижением с приёмов pas glissade и coupe- шаг.
5. Entrechat - trios.
6. Entrechat- cinq.
7. Pas brisé вперёд и назад.
8. Temps levé с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах.
9. Pas jeté с продвижением с ногой, поднятой на 45° во всех направлениях и позах, с приёмов pas glissade, pas coupé, coupé - шаг.
10. Sissonne ouverte на 45° в маленьких позах с продвижением.
11. Grand sissonne ouverte во всех позах (без продвижения).
12. Sissonne simple en tournant, en dehors и en dedans по $\frac{1}{2}$ и полному повороту.
13. Pas emboîté en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота на месте и с продвижением.
14. Grand pas emboîté.
15. Rond de jambe en l'air sauté с различных приёмов.
16. Grand pas chassé.
17. Pas jeté fermé во всех направлениях и позах.
18. Tours en l'air (2 tours, мужской класс- факультативно).
19. Tours en l'air по одному подряд 2 раза (мужской класс).
20. Temps glissés (скользящее продвижение вперёд и назад на demi-plié) в позах I, II, III arabesques.

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ.

1. Pas échappé en tournant на II и IV позиции по $\frac{1}{2}$ поворота.
2. Pas de bourré en tournant en dehors и en dedans:
 - а) с переменной ног;
 - б) dessus-dessous.
3. Sissonne simple en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота.
4. Pas glissade en tournant с продвижением по диагонали (6-8).
5. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из позы на 45° .
6. Pas tombé из позы в позу на 45° .
7. Grand sissonne ouverte во всех направлениях и позах без продвижения.
8. Pas jeté в большие позы.
9. Relevés на одной ноге в позах (без продвижения), другая нога на 45° (4-8) и 90° (2-4).
10. Relevés en tournant на одной ноге по $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота, другая нога в положении sur le cou-de-pied.
11. Pas ballonné во всех направлениях и позах с продвижением.
12. Pirouettes en dehors и en dedans с IV позиции (1,2 pirouettes).
13. Pirouettes en dehors с V позиции по одному подряд (4-6).
14. Tours chaîne.
15. Changement de pied с продвижением во всех направлениях и en tournant.
16. Pas chassé.

Введение более сложных форм adagio с переменной темпа внутри комбинации и усложнённой работой корпуса.

Освоение вращения в больших позах со всех приёмов. Изучение pirouettes с продвижением по диагонали. Начало развития элевации в больших прыжках. Работа над музыкальностью и артистизмом.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА.

1. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans:
 - а) double на всей стопе, на полупальцах и с окончанием в demi-plié; б) на 90° на всей стопе (1-2 ronds).
2. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans из позы в позу на 45° и 90°.
3. Grand temps relevé en dehors и en dedans.
4. Battements développés:
 - а) tombé с окончанием в позы на 90°;
 - б) с коротким balancé.
5. Grand battements jetés:
 - а) на полупальцах
 - б) balançoir (вперёд и назад); в) через passé на 90°.
6. Половина tour en dehors и en dedans с plié-relevé, с ногой вытянутой вперёд или назад на 45° и 90°.
7. Поворот fouette en dehors и en dedans на ½ круга с ногой, поднятой вперёд или назад на 90° на полупальцах и с plié-relevé.
8. 2 pirouettes en dehors и en dedans с temps relevé .
9. Pirouette (различные виды) en dehors и en dedans с окончанием во все направления на 45° en face.
10. Tour tire-bouchon en dehors и en dedans из положения ноги, открытой на 90°.
11. Tour fouette на 45° en dehors и en dedans.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

1. Battements fondus en tournant en dehors и en dedans по ¼ круга.
2. Battements frappés и battements doubles frappés en tournant en dehors и en dedans по ½ и ¼ круга носком в пол, на 30° - на полупальцах.
3. Battements battus sur le cou-de-peid вперёд и назад épaulement.
4. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans с окончанием на 45°, в V и IV позиции.
5. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans:
 - а) double на полупальцах и с окончанием в demi-plié;

- б) en tournant en dehors и en dedans по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ круга на всей стопе и через relevé;
 в) на 90° на всей стопе (1-2 ronds).
6. Battements relevés lent и battements développés в позах IV arabesque и écartée на полупальцах и с plié-relevé.
7. Battements développés:
 а) tombé en face и в позах с окончанием на 90° ; б) ballottés.
8. Grand rond de jambe développés en dehors и an dedans en face и из позы в позу на полупальцах, на demi-plié с plié-relevé.
9. Tour lent en dehors и en dedans: а)
 в позах IV arabesque и écartée;
 б) из позы в позу (с работой корпуса).
10. Grands temps relevé en dehors и en dedans.
11. Grands battements jetés с passé на 90° .
12. Grand port de bras — preparation к tours в больших позах.
13. Grand fouetté en face с coupe-шага, оканчивая в attitude effacée, I и II arabesques.
14. Battements divisés en quarts (четвертные battements).
15. Temps lié par terre с pirouette en dehors и en dedans.
16. Повороты en dehors и en dedans из позы в позу через passé на 45° и 90° с plié-relevé.
17. Pirouettes en dehors и en dedans с V, II и IV позиций с окончанием в позы носком в пол (2 pirouettes).
18. Pirouettes en dehors и en dedans с temps sauté по V позиции и с pas échappé со II и IV позиций (1-2 pirouettes).
19. Pirouettes en dehors с ногой в положении sur le cou-de-peid и в позе attitude 45° вперед (4-8).
20. Pirouette и tour tire-bouchon en dehors и en dedans с grand plié по I и V позициям.
21. Tour tire-bouchon en dehors и en dedans со всех позиций (2 tours).
22. Pirouettes en dehors и en dedans с pas tombé.
23. Tours fouettés (8-16).
24. Tours в больших позах:
 а) со II позиции en dehors и en dedans à la seconde
 б) с IV позиции en dedans à la seconde, I и II arabesques, attitude effacée, croisée вперед;
 в) с IV позиции en dehors III arabesque, attitude croisée.
25. Pirouettes en dehors с dégagé по диагонали (4-8).
26. Pirouettes en dedans с coupe-шага по диагонали (pirouettes-piqué), (4-8).
27. Tour chaînes (8-16).

ALLEGRO.

1. Entrechat-quatre с продвижением.
2. Royale с продвижением.
3. Pas assemblé:
 - а) en tournant по $\frac{1}{4}$ поворота; б) double pas assemblé battu.
4. Pas jeté battu.
5. Pas ballotté носком в пол и на 45° .
6. Pas failli вперёд и назад.
7. Sissonne fondue.
8. Grande sissonne ouverte во всех направлениях и позах с продвижением.
9. Sissonne ouverte par développé en tournant en dehors и en dedans на $\frac{1}{2}$ и полный поворот с окончанием в сторону на 45° .
10. Grande sissonne tombé во всех направлениях и позах.
11. Grand temps lié saute вперёд и назад.
12. Pas ballonné battu в сторону, без продвижения и с продвижением.
13. Double rond de jambe en l'air sauté en dehors и en dedans.
14. Grand pas assemblé в сторону и вперёд с приёмов: с V позиции, coupe-шага, pas glissade, sissonne tombé, développé-tombée вперёд.
15. Temps levé в позах на 90° .
16. Grand pas jeté вперёд в позах: attitude croisée, I, II, III arabesques, attitude effacée с coupe-шага и pas glissade.
17. Grand pas de chat.
18. Pas cabriole на 45° вперёд и назад с приёмов: coupe-шаг, pas glissade, sissonne tombée, sissonne ouverte (мужской класс; женский класс-факультативно).
19. Pas emboîtés en tournant с продвижением в сторону и по диагонали(4-8).
20. Tours en l'air по одному подряд (2,3 мужской класс).
21. Tours en l'air (2 tours - мужской класс).

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ.

1. Petit pas jeté en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота с продвижением в сторону.
2. Sissonne ouverte на 45° en tournant en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.
3. Grande sissonne ouverte во всех направлениях и позах с продвижением.
4. Pas tombé из позы в позу на 90° .
5. Rond de jambe en l'air и double rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.
6. Повороты fouetté en dehors и en dedans на $\frac{1}{4}$ круга позы в позу с ногой, поднятой на 45° и 90° .
7. Grand fouetté с coupe-шага, с окончанием в позы attitude effacée, I и II arabesques.
8. Relevés на одной ноге в позах на 45° и 90° с продвижением вперёд (4-6) и en tournant на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ поворота.
9. Soutenu en tournant en dehors и en dedans, начиная из позы на 90° .
10. Pas glissade en tournant с продвижением по диагонали (8-16).

11. Pirouettes en dehors и en dedans с V и IV позиций (2 pirouettes).
12. Pirouettes en dehors с V позиции по одному подряд (8-16).
13. Pirouettes en dehors и en dedans с приёма pas tombé (1,2 pirouettes).
14. Pirouettes en dehors и en dedans с ногой в положении sur le cou-de-peid (4-8) и в позе attitude вперёд (2-6).
15. Pirouettes en dehors cdégagé по диагонали (8-16).
16. Pirouettes en dedans с coupé-шага (pirouette-piqué) по диагонали (8-16).
17. Tours fouettés (6-8).
18. Tours chaînes.
19. Pas emboîté-piqué en tournant с продвижением в сторону en face (4-6).
20. Pas emboîté-sauté на месте и с продвижением (разные виды, 4-8).

6

семестр

Tours в больших позах (2 tours) с различных приёмов. Работа над комбинированным вращением на полупальцах и пальцах на месте и с продвижением (с включением 2 tours в больших позах или pirouettes).

Развёрнутая форма adagio с использованием наклонов корпуса, grand fouetté, en tournant, различных видов вращения.

Усложнение техники заносок. Изучение больших прыжков с разных приёмов. Продолжение работы по выявлению индивидуальных способностей учащихся. Развитие музыкальности и выразительности исполнения.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

1. Rond de jambe en l'air и double rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на 90° и с окончанием в позы на полупальцах (1-2 ronds).
2. Battements développés с быстрым demi-rond en dehors-en dedans или en dedans-en dehors.
3. Port de bras (с работой корпуса) во всех позах на 90°.
4. Grand battements jetés с поворотом fouetté en dehors и en dedans на ½ круга.
5. Pirouettes en dehors и en dedans из положения ноги, открытой в сторону На 45° (2 pirouettes).
6. Pirouettes en dehors и en dedans с окончанием в позы на 45° и 90° (1-2 pirouettes).
7. Pirouettes en dehors и en dedans, начиная из положения работающей ноги sur le cou-de-peid (2 pirouettes).
8. Tours tire-bouchon en dehors и en dedans, начиная из позы 90° с окончанием в большие позы (1-2 tours).
9. Tour fouetté на 90° из позы в позу.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

1. Petits battements sur le cou-de-peid en tournant en dehors и en dedans на всей стопе и на полупальцах.

2. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans:
 - а) en tournant на полупальцах;
 - б) на 90° на полупальцах и с окончанием в позы.
3. Flic-flac en tournant en dehors и en dedans из позы в позу на 90°
4. Наклон и подъём корпуса в I и III arabesque.
5. Grand temps relevé en dehors и en dedans по ¼, ½ и полному повороту.
6. Grand battement jeté:
 - а) на полупальцах;
 - б) développé («мягкие» battements) на полупальцах; в) balancés à la seconde по I и V позициям.
7. Grand fouetté en efacé вперед и назад.
8. Grand fouetté en tournant en dedans в III arabesque и en dehors в позу croisée вперед.
9. Teps lié на 90° с tour tire-bouchon en dehors и en dedans.
10. Renversé на croisée en dehors и en dedans.
11. Pirouettes en dehors и en dedans с V, IV, II позиций и temps relevé с окончанием в позы на 45° и 90°.
12. Pirouettes en dehors и en dedans, начина из позы на 45° и 90° и заканчивая в IV и V позиции (1-2 pirouettes).
13. Pirouettes en dehors и en dedans и tour tire-bouchon (1-2) с grand plié по I и V позициям.
14. Tours fouettés (16-24).
15. 2tours en dehors и en dedans во всех больших позах с IV и II позиций.
16. Tour en dehors и en dedans во всех больших позах с приемов: pas tombé, coupé-шаг (riqué), pas échappé на II позицию (мужской класс).
17. Tour en dehors и en dedans в больших позах с plié-relevé подряд (2-4).
18. Petit temps sautés en tournant в I и III arabesque, (à la seconde- мужской класс).
19. Grand pirouettes à la seconde en dehors (4-8, мужской класс).
20. Pigeonage к tour en dehors и en dedans в больших позах с grand plié и продолжением tour lent.
21. Tour chaînés(16).

ALLEGRO.

1. Pas jeé foundu.
2. Pas brisé dessus-dessous.
3. Pas ballotté на 90°.
4. Sissone fermée battue (мужской класс).
5. Sissone ouverte battue (мужской класс).
6. Pas gargouillade (женский класс).
7. Pas soubresaut.
8. Pas échappé с entrechat-six со II позиции.
9. Entrechat-six.

10. Grand pas assemblé battu.
11. Grand pas assemblé en tournant с продвижением в сторону и по диагонали со всех приемов.
12. Grand sissone ouverte en tournant по ½ поворота en dehors и en dedans с продвижением во всех позах на 90°.
13. Sissone ouverte par développé en tournant en dehors и en dedans во всех позах на 45°.
14. Sissone tombé en tournant en dehors и en dedans.
15. Temps lié sauté en tournant en dehors и en dedans.
16. Grand pas jeté во всех позах со всех приёмов.
17. Grand jeté pas de chat.
18. Pas jeté passé на 90° вперед и назад со всех приёмов (pas de poisson).
19. Grand fouetté sauté en face из позы в позу.
20. Pas cabriole на 45° вперед и назад со всех приёмов.
21. Petit pas jeté en tournant по ½ поворота с продвижением.
22. Grand pas jeté en tournant с croisé на croisé с приёма sissone tombée— coupé назад.(мужской класс).
23. Pas jeté entrelacé (перекидное jeté) по диагонали; на effacé, начиная с coupé-шаг и pas chassé.
24. Tours sissone tombé на effacé и croisé по диагонали подряд («блинчики»).
25. Tour en l'air с переносом ноги назад под колено с окончанием в. IV позицию en face и épaulement (мужской класс).
26. Sissone simple en tournant en dehors и en dedans (2 оборота, мужской класс).

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

1. Double rond de jambe en l'air en dehors и en dedans.
2. Grand fouetté en effacé вперед и назад.
3. Grande battements jetés во всех направлениях и позах.
4. Pirouettes en dehors в V позиции с продвижением вперед и по диагонали.
5. Tour en dedans в больших позах à la seconde, attitude, arabesque, tire-bouchon с приёмов: coupé-шаг (riqué), pas tombé, с IV позиции.
6. Tours chaînés.
7. Pas emboité-riqué en tournant с продвижением по диагонали.
8. Tours fouettés (16-24).
9. Temps levé в позах attitude croisée и effacée На 45° с продвижением.

7 семестр

Развёрнутая, сложная форма adagio с включением больших прыжков. Дальнейшее совершенствование техники вращения. Усложнение раздела sissone заносками и en tournant. Освоение больших прыжков в танцевальных комбинациях.

Прыжки на пальцах с продвижением по прямой, диагонали и en tournant. Дальнейшее развитие индивидуальности учащихся.

ЭКЗЕРСИС У СТАНКА

1. Grands battements jetés с demi-rond и grand rond de jambe en dehors и en dedans.
2. Tour fouetté на 90° из позы в позу.
3. Pirouettes en dehors и en dedans, начиная из большой позы и заканчивая в большую позу (2 pirouettes).

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА.

1. Port de bras (с работой корпуса) в позах на 90°.
2. Tour lent en dehors и en dedans во всех позах на полупальцах.
3. Grand fouetté en tournant en dedans в позу I arabesque и en dehors в позу effacée вперёд.
4. Renversé на croisé en dehors и en dedans с pas tombé.
5. Pirouettes en dehors и en dedans с pas assemblé (2 pirouettes).
6. Pirouettes en dehors и en dedans из позы в позу на 45° и 90°.
7. Tours en dehors и en dedans в больших позах с приёма temps relevé.
8. Tours en dehors и en dedans в больших позах со всех приёмов (2 tours).
9. Переход из tours en dehors и en dedans в больших позах на pirouettes en dehors и en dedans через plié-relevé.
10. Tours en dehors и en dedans в больших позах с grand plié.
11. Grands pirouettes à la seconde en dehors (8-16, мужской класс).
12. Quatres pirouettes с 6 port de bras.
13. Grand fouetté en tournant en dedans в attitude croisée (итальянское, 4).

ALLEGRO.

1. Pas brisé вперёд и назад en tournantno ¼ поворота.
2. Sissonne fermée battue во всех направлениях и позах.
3. Sissonne ouverte battue на 45° во всех направлениях и позах.
4. Grande sissonne renversée en dehors и en dedans.
5. Grande sissonne ouverte par développé en tournant en dehors и en dedans с окончанием во все позы.
6. Grande sissonne ouverte en tournant en dehors и en dedans с продвижением во всех позах.
7. Grande sissonne tombé en tournant en dehors и en dedans.
8. Grand temps lié sauté en tournant en dehors и en dedans.
9. Rond de jambe en l'air sauté на 90° en dehors и en dedans.
10. Grand pas jeté passé с броском ноги в сторону и окончанием в позы

croisée и effacée вперед и назад.

11. Grand pas jeté в позы I и II arabesque с продвижением по кругу со всех приёмов.
12. Grand pas jeté renversée en dehors и en dedans.
13. Pas de ciseaux.
14. Pas jeté ballotté (pas de zephir).
15. Grand pas de basque.
16. Pas cabriole fermée во всех направлениях и позах.
17. Grand fouetté sauté en effacé.
18. Grand fouetté sauté en tournant en dedans в I, II, III и IV arabesques на месте и с продвижением по диагонали.
19. Grand cabriole вперед и назад во всех позах с приёмов: coupé-шаг, pas glissade, sissonne tombé, pas chassé.
20. Saut de basque в сторону и по диагонали с приёмов: coupé-шаг, pas chassé.
21. Grand pas jeté en tournant с croisé на croisé с приёма sissonne tombée-coupé назад.
22. Pas jeté par terre и pas jeté en l'air en tournant в I arabesque по диагонали.
22. Grand pas jeté en tournant в attitude effacée с приёма sissonne tomée-coupé.

МУЖСКОЙ КЛАСС.

1. Petit pas jetés battus en tournant по $\frac{1}{2}$ поворота с продвижением в сторону и по диагонали.
2. Pas échappé с entrechat-six с V и II позиций.
3. Grand pas assemblé battu en tournant.
4. Grand pas assemblé entrechat-six de vole.
5. Grand sissonne soubresaut.
6. Pas cabriole подряд с продвижением по диагонали в позе I arabesque(4-8).
7. Grand fouetté cabriole в позы I и II arabesque, effacée назад, в III и IV arabesque с продвижением по диагонали.
8. Grand pas jeté en tournant подряд по диагонали, (по кругу- факультативно).
9. Tours en l'air с окончанием в IV позицию (2 tours).
10. Sissonne tombé en tournant с продвижением вперед (2 оборота).

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ.

1. Rond de jambe en l'air en dehors и en dedans на 90° .
2. Grand sissonne ouverte в позу arabesque со скользящим проскоком вперед.
3. Renversé на croisé en dehors и en dedans, и с pas tombé.
4. Grand fouetté en tournant en dedans в III arabesque и en dehors в позу croisé вперед.
5. Pirouettes en dehors и en dedans со всех приёмов (2-3).
6. Tours fouettés (16-24).
7. Tours en dehors и en dedans в больших позах с приёмов: с IV позиции, coupé-шаг (piqué), pas tombé.

8. Tours en dehors и en dedans в больших позах plié-relevé по одному подряд (2-4).
9. Pas glissade en tournant по кругу.
10. Pirouettes en dedans с coupé-шага по кругу (pirouettes-piqués).
11. Pirouettes en dehors с degagé по диагонали в позы: effacée, ecartée и croisée вперёд на 90°.
12. Temps levé sur le cou-de-pied en tournant.
13. Temps levé в позах attitude вперёд и назад en tournant.
14. Pas ballonné sauté на месте и с продвижением.
15. Entrechat-quatre и royale.

8 семестр

Совершенствование, закрепление и художественная отработка пройденного материала. Владение стилевыми особенностями исполнения комбинаций в зависимости от характера музыки

Использование специально подобранных музыкальных произведений или отрывков для сочинения танцевальных композиций экзерсиса adagio, allegro и комбинаций на пальцах.

Развитие исполнительской виртуозности, артистичности и индивидуальности учащихся.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА

1. Renverse на ecarte en dedans с IV arabesque.
2. Renverse с приёма grand rond de jambe developpe.
3. Grand pirouettes en dehors a'la seconde на подскоках- petit temps sautes (мужской класс).
4. Tours en dehors и en dedans в больших позах (по 2 tours подряд - факультативно).
5. Tours chaines по кругу (мужской класс факультативно).
6. Grands pirouettes в больших позах (16, мужской класс- факультативно).

ALLEGRO

1. Grand cabriole ferme во всех направлениях.
2. Double rond de jambe en Fair saute en dehors и en dedans на 90° и с переходом в большие позы на другую ногу.
3. Grand fouette saute en tournant en dehors в позы croisee и effacee вперёд.
4. Saut de basque с остановкой в большой позе.
5. Grand temps leve a la seconde en toumant en dedans с приёмов: coupe-шаг, pas chasse.
6. Pas jete en Г air en tournant в I arabesque по кругу.
7. Pas jete entrelace (перекидное jete) по кругу.
8. Saut de basque по кругу.

МУЖСКОЙ КЛАСС

1. Grande sissonne ouverte battue во все позы.
2. Pas cabriole подряд по диагонали в позах I и II arabesque и с поворотом на Уг круга.
3. Grand fouette cabriole battu.

4. Grande sissonne ouverte en tournant en dehors и en dedans с окончанием во все позы (2 оборота) факультативно.
5. Sissonne tombee en tournant en dehors с продвижением вперед (2 оборота подряд 2-4 шт.).
6. Tours en Pair en dehors и en dedans с окончанием на одно колено и в позы на 90° (2 tours факультативно).
7. Revoltade с окончанием в I и III arabesques.
8. Pas jete entrelace (перекидное jete) с заноской (факультативно).
9. Grand cabriole double.
10. Grand pas assemble en tournant (2 оборота).
11. Saut de basque (2 оборота - факультативно).
12. Grand pas jete en tournant по кругу в позе attitude effacee; с приёма coupe подряд (факультативно).
13. Tours en Г air подряд (2+2 tours - факультативно).
14. Entrechat-six - подряд (4-8, факультативно).

ЭКЗЕРСИС НА ПАЛЬЦАХ

Grand fouette en tournant en dedans в I arabesque и en dehors в позу effacee вперед. Tours en dehors и en dedans a la seconde и в больших позах с IV позиции и со всех приёмов (2 tours).

Комбинации вращений в различных сочетаниях по диагонали и по кругу.

Tours fouettes (16-32).

Rond de jambe en Fair saute с продвижением по диагонали.

Temps leve в позе I arabesque с продвижением.

3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся

1. Базарова, Н.П. Классический танец [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2017. — 204 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/90850>.
2. Тарасов, Н.И. Классический танец. Школа мужского исполнительства [Электронный ресурс] : учеб. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2016. — 496 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/79347>.

Дополнительная литература

3. Меднис, Н.В. Введение в классический танец [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н.В. Меднис, С.Г. Ткаченко. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2017. — 60 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/90839>.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» для освоения дисциплины

Перечень лицензионного программного обеспечения:

Windows XP(7)
Microsoft Office 2007(2010)
CorelDRAW Graphics Suite X4(X6) Education
Adobe Audition 3.0
Adobe Photoshop Extended CS5
Adobe Premiere Pro CS 4.0
ABBYY Fine Reader 10
Finale studio 2009
Антивирус Kaspersky Endpoint Security
Система автоматизации библиотек ИРБИС 64
Программная система для обнаружения текстовых заимствований «Антиплагиат.ВУЗ»

Перечень информационно-справочных систем:

Электронный справочник «Информио»

<http://www.informio.ru/>

Некоммерческая интернет-версия КонсультантПлюс

http://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=home&utm_source=online&utm_medium=button/

Некоммерческая интернет-версия системы ГАРАНТ

<http://ivo.garant.ru/#/startpage:0/>

Электронный каталог Библиотеки ЮУрГИИ

Подписные электронные ресурсы

Рукопт [Электронный ресурс]: вузовская электронно-библиотечная система (ЭБС) на платформе национального цифрового ресурса «РУКОПТ». – Москва, 2010. – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети ЮУрГИИ. – URL: <https://www.rucont.ru/>.

Издательство **Лань** [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС). – Санкт-Петербург, 2010. – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети ЮУрГИИ. – URL: <http://e.lanbook.com/>.

Юрайт [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Электронное издательство Юрайт». – Москва, 2013. – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети ЮУрГИИ – URL: www.biblio-online.ru
<https://www.biblio-online.ru/viewer/52DB7140-0362-4719-96FE-9591372B4CF6#page/1/>.

4. Методические рекомендации преподавателю.

Специфика преподавания тренажа классического танца требует от преподавателя эрудиции и высокой культуры.

Преподаватель должен быть вооружен знаниями методики исполнения и методики преподавания тренажа классического танца, музыки, педагогики, психологии, анатомии и других учебных дисциплин. Практическое освоение учащимися программного материала, должно подкрепляться показом различных исполнительских приемов и вариантов исполнения. Изучение программного материала дисциплины «Тренаж классического танца» необходимо тесно связывать с теоретическим изложением материала и практической работой, учитывая при этом большое разнообразие методов работы.

Концертмейстер является помощником преподавателя, музыкальным воспитателем учеников. Для лучшего усвоения пройденного материала рекомендуется использовать аудиторные средства учебной информации – кинофильмы, кинофрагменты из балетов классического наследия и современного репертуара.

Преподаватель и концертмейстер работают в творческом контакте и тщательно отбирают музыкальный материал, включая в него произведения русской и зарубежной классики, лучшие образцы современной музыки. Преподаватель точно должен сформулировать поставленные задачи перед учащимися для более верного усвоения дисциплины Тренаж классического танца.

5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Самостоятельная работа является частью учебного процесса по формированию основ общекультурных и профессиональных компетенций.

Самостоятельная работа учащегося направлена на формирование профессиональных навыков, систематизацию полученных знаний, развитие профессионального и творческого мышления.

Самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя и состоит из:

- регулярного выполнения комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
 - работы с видеоматериалами, тематической литературой;
 - самоанализа исполнения по видеоматериалам;
 - анализа материала хореографической партии, роли в балетном спектакле, концертном номере;
 - работы с музыкальным материалом, направленной на комплексное восприятие всей музыкальной ткани;
 - разучивания и запоминания хореографического текста;
- студент должен проявить способность определять и формулировать педагогическую задачу, в соответствии с ней логически верно выстраивать задания для хореографического экзерсиса, быстро замечать ошибки исполнения заданных

им комбинаций, давать рекомендации по их устранению, при проведении урока добиваться положительного результата.

6. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом	Материально-техническое обеспечение образовательного процесса (наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования)	Фактический адрес учебных нахождения кабинетов и объектов
1.	Тренаж классического танца	Ауд. 610 Хореографический зал ,зеркала, специальное покрытие (линолиум), пианино, аудиосистема.	Ул.Горького,54

Электронно-библиотечная система обеспечивает возможность индивидуального доступа для каждого обучающегося из любой точки, в которой имеется доступ к сети интернет.

Каждому обучающемуся обеспечен доступ к комплектам библиотечного фонда и к электронным базам периодических изданий.