

Управление образования Администрации города Иванова
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Центр развития творчества детей и юношества

Танцы

УТВЕРЖДАЮ

Принята на педагогическом совете
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»
протокол № 2 от 31.08.2022г.



и.о. директора МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»
Огаркова Н.В.
Приказ № 34 - О от 01.09.2022

Дополнительная
общеразвивающая программа
художественной направленности

«Основы классического танца»

Срок реализации: 4 года

Возраст обучающихся: 8 – 15 лет

Уровень: базовый

Автор-составитель:
Педагог дополнительного образования
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»
Кулдышева Елена Викторовна

Иваново 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Методика обучения включает в себе знание движения в его подготовительной и заключительной форме, а также приемы и методами, которыми разучивается то или иное движение.

Педагогические задачи:

- 1) умение вести урок так, чтобы развить у учеников интерес к данному уроку и к предмету в целом;
- 2) уметь правильно пользоваться и объяснять движение;
- 3) научить учащихся владеть мышцами своего тела;
- 4) воспитывать в ученике самоконтроль через физическое ощущение, что является залогом дальнейшей самостоятельной работы.

Урок классического танца состоит из нескольких разделов :

1 – Экзерсис у палки.

Это упражнения, состоящие из целого комплекса движений, исполняющихся ежедневно в следующей последовательности:

plie, battements tendus, battements tendus jetes, rond de jambe par terre, battements fondu или battements soutenus, battements frappes, battements double frappes, rond de jambe en 1 aire, petite battements, battements developpes, grand battements jetes.

2 - Экзерсис на середине.

Упражнения на середине исполняются в той же последовательности, что и у палки. Затем идет адажио . За адажио следует аллегро - маленькие и большие прыжки (не менее 2 -3 раз в неделю пальцы - факультатив). Начинается и заканчивается урок поклоном.

В младших классах после поклона идет марш или развивающая гимнастика (или отдельным уроком). Следить, чтобы шаг был с вытянутых пальцев.

Что надо развить у ученика:

- 1) Гибкость всех суставов (спина, стопы, лопатки, тазобедренный сустав и т.д.). Эластичность связок - это дает пластику движениям.
- 2) Устойчивость - без нее нет техники движений.
- 3) Координацию - это свобода движения без напряжения (видимого)- это сочетание движения рук, ног, головы, корпуса и даже настроения и глаз.
- 4) Силу ног - дает возможность свободно двигаться.

- 5) Музыкальность и выразительность, артистичность трудолюбие и дисциплину.

1 год обучения

Основная задача первого года обучения -

- Постановка корпуса, рук, ног, головы на простейших упражнениях классического тренажа, развитие простейших навыков координации.
- Понятие опорной и работающей ноги.
- Проучивание простейшего поклона женского и мужского. Постановка корпуса на середине зала и у станка
- План класса АЯ.Вагановой - ракурсы анфас (точка 1) эполеман (точка 2 и 8) профиль (т. 3 и 7).
- Положение стопы на полу.
- Положение рук на палке.
- Позиции ног I, II, III, V и IV.
- Движения головой (повороты и наклоны).
- Позиции рук: группировка пальцев, подготовительное положение I, III, II - позиции.

Упражнение у палки.

1. Battement tendu из 1 позиции

А) в сторону

Б) вперед

В) назад

Музыкальные раскладки

I -4т, 4/4

II -2т, 4/4 .

.III-1т. 4/4

IV - 1т 2/4 заключительная форма 1/4 и 1/8

2. Battement tendu из 5 позиции

3. Demi plie

4. Demi plie grand plie (позже)

5. Passe pas terre

6. Demi rond de jambe pas terre

7. Rond de jambe par terre en dehors en dedans (понятия : наружу; внутрь от опорной ноги)

8. Положение ноги на sou - de- pied

9. Battement tendu jete

10. Battement tendu pour le pied

11. Battement frappe

12. Releve на (п/п) полупальцы

13. Petit battement

14. Double frappe

15. Battement fondu

16. Battement tendu jete pique

17. Temps releve par terre

18. Battement releve lent
19. Rond de jamb en 1 aire
20. Battement soutenu
21. Grand battement jete
22. Grand battement jete pique
23. Battement doveleppe (battement retire)
Battement doveleppe passe (из позы в позу)
24. Rond de jambe par terre на plie (eu dehors en dedans)- обводка
25. Перегибы корпуса
26. Port de bras с rond de jambe par terre на plie (растяжка)

Упражнения на середине

Epaulement

27. Port de bras I, II, III
28. Позы классического танца
croise - вперед и назад
efface-вперед и назад
ecarte (из efface)
29. Tempe lie
30. Pas de bourre
31. Arabesques (арабески) I. II, III IV
Allegro (прыжки)
32. Temps leve saute
33. Changement des pieds
34. Pas echarpe на II позицию
35. Pas assamble
36. Pas balance
37. Sisson simple
38. Pas jete

Упражнение на пальцах (факультатив)

39. Releve на пальцах
40. Pas echarpe на пальцах
41. Pas de bourre с переменной ног eu dehors и en dedans
42. Pas suivi (en tournan позже)
43. Pas couni

2 год обучения.

Основные задачи:

Развитие силы стопы упражнениями на полупальцах, развитие устойчивости, силы ног и техники исполнения движений в более быстром темпе, развитие координации и танцевальности - исполнение движений в ераulement (маленьких и больших позах) у станка и на середине,

Упражнения у станка

1. Releve на п/п
2. Petit battement на п/п
3. Полуповороты у станка
4. Battement fondu на п/п
5. Grand plie(1т. 4/4)
6. Rond de jambe par terre (3 и 4 раскладка)
7. Battement frappe и battement double frappe на п/п
8. Plie releve на 45°
9. Demi rond de jambe на 45°, 90°
10. Rond de jambe en 1 air на п/п
11. Temp releve на 45°
12. Battement soutenu на 45° на п/п
13. battement developpe passe на 90°
14. Маленькие и большие позы у станка
15. Упражнения в ераulement
16. Tombe coupe

Упражнения на середине.

1. Tempe lie с port de bras
2. Позы классического танца на 90°
3. Элементарное adagio
4. Pas de bourge без перемены ног из стороны в сторону
5. Pas de bourgee без перемены ног на efface
6. Port de bras IV V
7. Arabesques на 90° I, II, III, IV

Allegro (прыжки)

1. Pas glissade
2. Grand chaoement des jueds petit changement de pieds
3. Grand echappe petit echappe
4. Pas echappe с окончание на одну ногу
5. Pas assamble вперед и назад в позах
6. Double assamble вперед и обратно
7. Sisson ouverte
8. Sisson ferme

9. Сценический sissonne на I arabesque
10. Preparatiou
11. Pas de basque (шаг вальса)

Упражнения на пальцах (факультатив)

1. Echarpe с releve во II позиции
2. Releve в 1 позиции
3. Pas sus - sous
4. Pas de bourre на пальцах
5. Assemble soutenu
6. Pas glissade на пальцах
7. Temt lie на пальцах
8. Pas suivi
9. Sissonne simple на пальцах

3 год обучения.

Основные задачи:

Чистота исполнения движений, сила, выносливость, устойчивость на целой стопе и на полупальцах у станка и на середине, развитие танцевальности.

Упражнения у станка (проучивание)

1. battement double foudu
2. battement soutenu на 90° из face и на позы
3. Повороты на 360° к станку и от станка
4. Grand rand jambe на 90° en dehors и en dedans
5. Tombe coupe (с поворотом)
6. Подготовительное упражнение к турам из V позиции en dehors. en dedans
7. Grand sutenu (90°)

Упражнения на середине

1. Adagio
2. VI port de bras
3. Подготовительные упражнения к турам из V позиций и II позиций
4. Tour го II позиции en dehors en dedans
5. Pas de bourre dessus - dessous

Allegro

1. Pas echappe в IV позици. На croise и efface
2. Temps leve
3. Sisson ouvert в позы
4. Sisson fermee в позы
5. Pas jete с продвижением
6. Sisson tombee
7. Pas ballorne
8. Pas coupe
9. Pas de chat

Упражнение на пальцах (факультатив)

1. Pas jete без продвижения
2. Pas echappe на IV позицию в позах
3. Pas jete с продвижением
4. Pas echappe на одну ногу
5. Pas jete fondu
6. Pas echappe en tournant
7. Pas glissade en tournant
8. Tour из V позиции на пальцах

4 год обучения.

Основные задачи:

Развитие техники, совершенствование выразительности танцевальности, выработка апломба (устойчивость), освоение заносок в аллегро, проучивание больших прыжков и туров из IV позиции.

Упражнения у палки

1. Grand rond de jambe jete
2. Battement battu
3. Tour temp releve
4. Battement doveierre tombee
5. Tour IV en dehors en dedans
6. Flic - flac (в развитии)
7. Battement foudu на 90°
8. Battement balettee
9. Temp releve на 90°
10. Rond de jambe en 1 air на 90°
11. « Мягкий » battement (быстрое doveierre)
12. Поворот fouette по точкам на 45° и 90°

Середина

1. battement tendu en tournant
2. Rond de jambe par terre en tournant
3. Pas de bourre en tournant

Allegro

1. Grand assemble
2. Grand jete
3. Grand sisson ouverte
4. Заноски, pas echappe battu entrechat - quatre, royal, assemble battu
5. Grand pas de chat
6. Grand jete entralace (перекидное)
7. Pas ambouate petit и grand
8. Saut de basque

Приложение к программе

Видеокомплекс по основам классического танца " **Первые PAS** "

Автор видеofilmа в 3 ЧАСТЯХ **Кулдышева Елена Викторовна.**

Литература:

5. Список литературы

Нормативные документы:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации »
2. Конституция Российской Федерации
3. Конвенция ООН о правах ребенка
4. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей. Утверждено постановлением Правительства РФ от 19.03.2001г. №196
5. Правила внутреннего трудового распорядка.
6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиНа.
7. Должностная инструкция педагога дополнительного образования
8. Инструкция по технике безопасности (введена в приказ 24 ОД от 1.01.11г. ИОТ-С 0003-11)

Для педагога:

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца, М.1984 г.

2. Барышникова Т. Азбука хореографии, М. 1996 г.
3. Боголепская М.С.: Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах, М.1997 г.
4. Боттомер Полл : Танец современный и классический, М., 2006.
5. Буренина А.И.: Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей 3-7 лет.
6. Ваганова А.Я. « Основы классического танца »
7. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений М,2002г.
8. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры, С.-Петербург, 1997 г.
9. Джозеф С.Хавилер.: Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки.- ООО «Новое слово», 2009г.
- 10.Костровицкая В. С. «100 уроков классического танца»
- 11.Кулдышева Е.В.: Первые «РАС»-учебно-методический комплекс в 3-х частях, Иваново, 2003г.
- 12.Липень А.А.: Детская оздоровительная йога. – СПб., 2009г.
- 13.Михайлова М.А., Воронина Н.В.: Танцы, игры, упражнения для красивого движения, - Ярославль, 2000г.
- 14.Мухина А.Я.: Речедвигательная ритмика.- М., 2010
- 15.Никитин В.Ю. Композиция в современной хореографии, учебно-методическое пособие. МГУКИ, 2007.
- 16.Никитин В.Ю. Использование стретчинга в профессиональной подготовке исполнителей современного танца, Москва, 2004 г.
- 17.Писарев А., Костровицкая В.С.« Школа классического танца»
- 18.Смирнов И. В. Искусство балетмейстера, М.1986 г.
- 19.Тарасов Н. Классический танец, М. 1971 г.
- 20.Шереметьевская Н.: Танец на эстраде. Москва, 1985 г.
- 21.Шкобова С.: Искусство балетмейстера. - СПб., 2007г.
22. <http://минобрнауки.рф/>

23. <http://www.ivedu.ru/>
24. <http://www.ivipk.ru>
25. <http://www.butuzici.ru/igry-dlja-detej>
26. <http://www.ourkids.ru/Logopedia/ritmika.shtml>
27. <http://dancehelp.ru/?gclid=CMak2sDhprUCFWN2cAodanMALw>

Для воспитанников:

1. Барышникова Т., Азбука хореографии, С.П. – 1996г.
2. Балет: энциклопедия. /гл.ред. Ю.А. Григорович. – М., 1981г.
3. Васильева Т., Секрет танца, С.П. – 1997г.
4. Базарова Т., Азбука классического танца, М. 1979г.
5. Худеков С.Н.: Иллюстрированная история танца. – М., 2009
6. www.dance-ivanovo.ru
7. <http://dancerussia.ru/>
8. <http://www.teatrbravo.ru>
9. <http://bartkaytis.ya.ru/>

Управление образования администрации города Иванова
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
Центр развития творчества детей и юношества



УТВЕРЖДАЮ

Принята на педагогическом совете
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»
протокол № 1 от 31.08. 2015г.

Директор МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»
_____ А.А. Макарова
Приказ № 39/2 от 07.09.2015

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественно-эстетического направления

«Основы классического танца»

Срок реализации 4 года

Возраст обучающихся 9 – 15 лет

Автор - составитель:
педагог дополнительного образования
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»
Кулдышева Елена Викторовна

Иваново 2015