

муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования детей» г. Усинска  
Усинск карса «Содтӥд челядьӥс велӥдан шӧрин»  
муниципальной ашӧрлуна учреждение содтӥд велӥдан шӧрин

РАССМОТРЕНА  
Методическим советом  
Протокол № 5  
от 17.05.2019

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
Протокол № 5  
От 23.05.2019



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУДО «ЦДО» г. Усинска  
Е.В. Камашева  
Приказ № 184 от 23.05.2019

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
**«Классический танец в художественной гимнастике»**

Возраст учащихся – 7-17 лет  
Срок реализации - 2 года

Составитель:  
Копыл Ольга Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

г. Усинск  
2019 г.

## **Пояснительная записка**

Классическая хореография в художественной гимнастике является важной составляющей тренировки, готовящей гимнастку к виртуозному исполнению на ковре танцевально-гимнастической связки под музыку с предметом или без.

Специальные движения и элементы образуют рационально построенный экзерсис, служащий в первую очередь для целей тренировки. Необходимо учитывать, что программа по художественной гимнастике значительно опережает требования к изучению многих элементов в сравнении с методикой преподавания школы классического танца. Это относится как к возрасту учащихся, так и к срокам обучения.

*Актуальность программы* заключается в том, что в последнее время в художественной гимнастике очень возросли требования к исполнительскому мастерству гимнасток. Как и в любом другом технико-эстетическом виде спорта, в художественной гимнастике должна присутствовать гармония между трудностью, композицией и исполнением. При том уровне конкуренции, который наблюдается в современной художественной гимнастике, гармония эта должна быть совершенной.

*Отличительными особенностями* данной программы является использование на занятиях специальных элементов художественной гимнастики, в совокупности с классическим экзерсисом. Такой метод обучения способствует повышению уровня мастерства спортсменки.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Классический танец в художественной гимнастике» разработана в соответствии с нормативными документами:

– Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми (приказ Министерства образования, науки и молодежной политики Коми № 214-п от 01.06.2018). п.65.

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

– Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

– Приложение к письму Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми».

Данная программа разработана на основе типовых программ по классическому танцу Детских школ искусств и программ по художественной гимнастике Детских и юношеских спортивных школ. Программа является модифицированной.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для занятий хореографией с учащимися 7-18 лет, занимающимися художественной гимнастикой, не имеющими явных отклонений в физическом и интеллектуальном развитии, получившими разрешение врача на занятия хореографией. Наличие базовой подготовки для новичков не обязательно.

### **Объем программы**

Для организации работы объединения формируются группы в составе 8-15 человек. Программа рассчитана на 2 года обучения. Общий объем программы 360 часов.

#### Режим занятий:

1 год обучения: 2 раза в неделю по 2 часа.

2 год обучения: 3 раза в неделю по 2 часа.

Расписание занятий составляется в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» СанПиН 2.4.4.3172-14».

## Цели и задачи программы

### Цель программы:

- освоение знаний, умений и навыков классической хореографии.

### Задачи:

#### Образовательные:

- расширение предметного кругозора и двигательного опыта посредством изучения основных первоначальных элементов классического танца;

#### Воспитательные:

- формирование потребности в соблюдении дисциплины, самоконтроле;  
- формирование коммуникативных качеств.

#### Развивающие:

- формирование музыкально-ритмических навыков;  
- формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической хореографии.

## Содержание программы

### Модуль 1 «Первый год обучения»

#### Образовательная задача модуля:

Формирование музыкально-ритмических навыков.

#### Учебные задачи модуля:

- научиться выполнять классические танцевальные упражнения;
- узнать терминологию;
- научиться соблюдать дисциплину и выполнять требования.

**Форматы работы:** групповая работа, малые группы.

#### Тематическая программа модуля

№ п.п.	Виды учебных занятий, учебных работ	Содержание	Количество часов
Тема 1.1 Вводное занятие/Организационное занятие	Инструктаж. Введение в предмет. Тест на определение физической активности.	Правила поведения на занятиях. История классической хореографии. Проверка уровня физической активности.	2
Тема 1.2 Экзерсис у станка	Тренировочное Разминочное Зачетное	Терминология. Методика исполнения элементов классической хореографии. Позиции рук. Позиции ног. Деми плие в 1-й, 2-й, 3-й, 5-й позиции. Батман тандю. Батмантандю с опусканием пятки во 2-й позиции и с 1-й и 5-й позиции. Батман тандю с демиплие во 2-й позиции без перехода с опорной ноги и в 4-й позицию без перехода и с переходом с опорной ноги с 1-й и 5-й позиций. Пассе пар тер. Демирон де жамб пар тер ан деор, ан дедан. Рон де жамб пар тер ан деор, ан дедан. Батман тандюжетэ. Батман тандю пике в сторону, вперед, назад. Положение ноги сюрле ку де пье вперед и назад (обхватное, условное). Положение ноги сюрле ку де пье вперед и назад (обхватное, условное). Батман фραπε носком в пол. Релевэ на полупальцах в 1-й, 2-й, 5-й,	60

		позициях. Прэпарасион для рон де жамб пар тер ан деор, ан дедан. Батман фондю. Батман релевэ лян на 90 градусов. Батман ретирэ. Перегибание корпуса назад и в сторону.	
Тема 1.3 Экзерсис середине зала	на Тренировочное Разминочное Зачетное	Терминология. Методика исполнения элементов классической хореографии. Демиплие в 1-й, 2-й,3-й,5-й позиции анфас. Батман тандю по 1-й позиции. Батман тандю жете по 1-й и 5-й позиции. Демирон де жамб пар тер андеор, ан дедан. Гранд плие в 1-й, 2-й позиции эпальман. Батман фраппэ носком в пол во всех направлениях. Батман релевэтен на 90 градусов. Батман релевэтен на 90 градусов. Гранд батман жетэ. Релевэ на полупальцах в 1-й, 2-й, 5-й позициях.	50
Тема 1.4 Аллегро.	Тренировочное Разминочное Показательное	Терминология. Методика исполнения элементов классической хореографии. Сотэ по 1-й, 2-й, 5-й позициям. Па эшапэ по 2-й позиции. Шанжман де пье. Па балансе. Па де баск (сценическая форма). Па ассамбле в сторону. Итоговый зачёт.	32

### Планируемые результаты

#### Предметные

- владеет специальной терминологией классического танца;
- владеет методикой выполнения классических танцевальных упражнений;
- выполняет экзерсис у станка и на середине зала;
- владеет первичными навыками музыкально-ритмической деятельности.

#### Метапредметные

- умеет правильно выполнять простейшие элементы классического танца;
- дисциплинирован, выполняет все требования педагога.

#### Личностные результаты

- развиты навыки организованности, коммуникативные качества;
- соблюдает правила поведения, выполняет требования.

### Модуль 2 «Второй год обучения»

#### Образовательная задача модуля:

Формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической хореографии.

#### Учебные задачи модуля:

- научиться применять классические танцевальные упражнения в художественной гимнастике;
- узнать методику исполнения элементов классического танца;
- научиться соблюдать дисциплину и выполнять требования.

**Форматы работы:** групповая работа, малые группы.

#### Тематическая программа модуля

№ п/п	Виды учебных занятий, учебных работ	Содержание	Количество часов
-------	-------------------------------------	------------	------------------

Тема 1.1 Вводное занятие/Организац ионное занятие.	Инструктаж. Введение в предмет. Тест на определение физической активности.	История классической хореографии. Проверка уровня физической активности.	2
Тема 1.2 Экзерсис у станка.	Тренировочное Разминочное Зачетное	<p>Основы техники выполнения упражнений у станка.</p> <p>Позиции ног – I, II, III, Y, IV. Позиции рук – подготовительное положение, 1, 2, 3, (сначала изучается на середине зала при неполной выворотности ног). Деми плие в I, II, III, V позиции.</p> <p>Батман тандю: с позиции в сторону, вперед, назад; деми плие в I позиции в сторону, вперед, назад; с Y позиции в сторону, вперед, назад; деми плие в Y позицию в сторону, вперед, назад; с опусканием пятки во II позицию и с I и Y позиций; деми плие во II позицию без перехода с опорной ноги и в IV позицию без перехода и с переходом с опорной ноги с I и Y позиций; пассе пар тер (проведение ноги вперед и назад через I позицию).</p> <p>Понятие направлений ан деор и ан дедан. Деми рон де жамб пар тер ан деор, ан дедан. Рон де жамб пар тер ан деор, ан дедан.</p> <p>Батман тандю жетэ: с I и Y позиций в сторону, вперед и назад; деми плие в I и Y позицию в сторону, вперед, назад; пике в сторону, вперед, назад.</p> <p>Батман тандю пике в сторону, вперед, назад.</p> <p>Положение ноги сюрле ку де пье вперед и назад (обхватное, для батмана фраппэ, условное.)</p> <p>Батман фраппэ в сторону, вперед назад (носком в пол).</p> <p>Релевэ на полупальцы в I, II и Y позициях, с вытянутых ног и с деми плие.</p> <p>Прэпарасион для рон де жамб пар тер ан деор, ан дедан.</p> <p>Положение ноги сюр лек у депье («условное» для батмана фондю).</p> <p>Батман релеве лян на 90 градусов с I и позиции вперед, в сторону, назад.</p> <p>Гранд плие в I, II, III, Y позициях.</p> <p>Гранд батман жетэ с I и Y позиций вперед, в сторону, назад.</p> <p>Батман ритирэ (поднимание ноги из Y позиции в положение сюр лек у де пье и пассе возвращение Y позицию).</p> <p>Батман девлоппэ вперед, в сторону, назад (по усмотрению педагога).</p> <p>Перегибание корпуса назад и в сторону (лицом к станку).</p>	50
Тема 1.3 Экзерсис на середине зала.	Тренировочное Разминочное Зачетное	<p>Основы техники выполнения упражнений на середине зала.</p> <p>Позиции рук: подготовительное положение 1, 2, 3. Поклон.</p> <p>Деми плие по I, II, III, Y, IV позициям анфас и позднее – эпальман.</p>	55

		<p>Батман тандю: с I позиций вперед, в сторону, назад.</p> <p>Демирон де жамб пар тер ан деор, ан дедан.</p> <p>Гранд плие в I, II позициях анфас, в Y позиции анфас и эпальман.</p> <p>Батман фрэппэ: носком в пол во всех направлениях.</p> <p>Батман релевэтен на 90 градусов во всех направлениях.</p> <p>Гранд батман жэтэ с I позиции вперед, в сторону, назад.</p> <p>Релевэ на полупальцах в I, II, Y позициях с вытянутых ног и с деми плие.</p> <p>Малые и большие позы: круазе, эфассе, экарте вперед и назад; I, II арабески (изучаются носком в пол).</p>	
Тема 1.4 Аллегро	Тренировочное Разминочное Показательное	<p>Основы техники выполнения аллегро.</p> <p>Сотэ по I, II, Y позициям.</p> <p>Па эшаппэ по II позиции.</p> <p>Шажман де пье.</p> <p>Па балансе.</p> <p>Па де баск вперед (сценическая форма).</p> <p>Па ассамбле в сторону.</p>	37

### Планируемые результаты

#### Предметные результаты

- владеет специальной терминологией классического танца;
- владеет методикой исполнения элементов классического танца;
- выполняет экзерсис у станка и на середине зала.

#### Метапредметные результаты

- умеет правильно и выразительно двигаться в танце;
- умеет применить навыки свободного и правильного движения в обычной жизни.

#### Личностные результаты

- развита координация движения;
- развиты навыки организованности, самоконтроля, коммуникативные качества.

#### Оценочные материалы, формирующие систему оценивания.

Критериями оценки освоения программы является высокий, средний и низкий уровень.

Высокий уровень освоения программы -2,6 – 3б., средний уровень -1,6 - 2,5, низкий уровень – 1-1,5б.

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристики оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Виды аттестации
1	Уровень физической активности.	Зачет	Выполнение заданных упражнений	Гибкость, подвижность суставов, танцевальный шаг, баллон.	<p>Высокий уровень - задание выполнено без ошибок.</p> <p>Средний уровень – задание выполнено с небольшими недочетами</p> <p>Низкий уровень – задание выполнено с грубыми нарушениями</p>	Входящий контроль
2	Уровень	Зачет	Выполнение	Владение	Высокий уровень -	Промежут

	теоретических знаний (специальных терминов и методики их исполнения)		заданий с использованием терминов	специальными терминами элементов классического танца, знание методики исполнения элементов классического танца	задание выполнено без ошибок. Средний уровень – задание выполнено с небольшими недочетами Низкий уровень – задание выполнено с грубыми нарушениями	очный, итоговый контроль
3	Уровень практических навыков. Музыкально-ритмические навыки	Зачет	Выполнение экзерсиса у станка и на середине зала.	Качество выполнения	Высокий уровень - задание выполнено без ошибок. Средний уровень – задание выполнено с небольшими недочетами Низкий уровень – задание выполнено с грубыми нарушениями	Промежуточный, итоговый контроль
4	Уровень самоконтроля	Наблюдение	В процессе учебной деятельности	Организованность, самостоятельность	Высокий уровень – учащийся организован, соблюдает дисциплину, направляет на соблюдение дисциплины товарищей. Средний уровень – учащийся соблюдает дисциплину, на замечания реагирует адекватно. Низкий уровень – учащийся слабо дисциплинирован, неорганизован	Промежуточный, итоговый контроль
5	Коммуникативные качества	Наблюдение	В процессе учебной деятельности	Общение со сверстниками, педагогом, взрослыми людьми	Высокий уровень – качество сформировано, систематически проявляется в практике. Средний уровень – качество сформировано, но проявляется в деятельности частично. Низкий уровень – качество не сформировано	Промежуточный, итоговый контроль

### Образовательные и учебные форматы

Используемые в программе формы, методы, приемы и педагогические технологии:

- групповые занятия;
- выезды коллектива на конкурсы, фестивали.

Основные формы занятий:

Наиболее оптимальной формой является групповое занятие. Оно может быть различными по классификации:

- тренировочное;
- показательное;
- разминочное;
- зачетное и т. д.

На занятии по изучению нового материала дается название упражнения, показ.

На занятии по закреплению умений и навыков – овладение техникой изучаемого упражнения. Главным является многократное повторение упражнения, а также использование дополнительных методических приемов. Если ошибки в выполнении, то сначала исправляются основные ошибки, а затем второстепенные.

На зачетном занятии – проверка знаний и умений. Задача педагога – не только определить конечную цель, но и отслеживать промежуточные результаты, благодаря которым можно вовремя заметить отклонения в результатах обучения.

Основная структура занятия.

Схема построения занятия одинакова на всех годах обучения: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

Различно содержание и время, отведенное на каждую из частей. Отличие есть и в характере вида деятельности учащихся: на первом обучения больше времени в основной части занятия отводится на подражательный, познавательный или практический вид деятельности. А на втором году обучения используется частично-поисковый, творческий и коммуникативный виды деятельности.

Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому учащемуся с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

### **Материально-техническое обеспечение программы**

1. *Зал* подходящих размеров и с удовлетворительными санитарными условиями для занятий хореографией.

2. *Инвентарь и оборудование:*

- зеркальная стенка;
- фортепиано;
- специальная тренировочная одежда и обувь для учащихся (спортивные купальники, трико, балетные тапочки, танцевальная обувь);
- сценические костюмы.

3. *Техническое оснащение занятий:*

- аудиоаппаратура;
- осветительная аппаратура.

## Литература

1. Барышникова Т.Ю. Азбука хореографии / Т.Ю. Барышникова. – М.: Айрис-пресс: Рольф, 1999. – 265 с.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца/ Ваганова А.Я. – СПб.:Издательство «Лань», 2003г.-192с.
3. Вихрева Н.А. Классический танец для начинающих / Вихрева Н.А. - М.:Театралис, 2004г – 112с.
4. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах / Головкина С.Н. – М.:Искусство, 1989г. – 160с.
5. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки /Джозеф С. Хавилер. - Издательство «Новое слово», 2009г.- 107с.
6. Звёздочкин В.А. Классический танец: учебное пособие для студентов высших и средних учебных заведений искусств и культуры – 2-е изд. /Звёздочкин В.А. – Ростов н/Д: «Феникс », 2005г.- 410с.
7. Костровицкая В.А. Писарев Школа классического танца. Из.2-е, доп. Л./ Костровицкая В.А. - «Искусство», 1976г. – 272с.
8. Шкробова С. Искусство балетмейстера / Шкробова С.- Санк-Петербург,2007г.- 40с.