

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Кировского района Санкт-Петербурга

ГБОУ СОШ №654

РАССМОТРЕНО

МО учителей

Абатурова А.С.
Протокол № 8
от «27 » августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

**Заместитель директора
по УВР**

О.Д. Игнатьева
от « 27 » августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

**Врио директора школы
№ 654**

О.В. Лапшина
Приказ № 137-о
от «28 » августа 2025 г.

**Рабочая программа
Элективного учебного курса**

10-11 класс

«Совершенствование техники и исполнительского мастерства»

Составитель:

Якубович Ольга Юрьевна

Учитель высшей категории

2025 – 2026 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Система уроков классического танца четко выстроена выдающимися деятелями хореографического искусства: А. Вагановой ("Основы классического танца"), Н. Базаровой и В. Мей ("Азбука классического танца"), В. Костровицкой ("100 уроков классического танца"), в других трудах.

На основе этой системы построена программа элективного учебного курса «Совершенствование техники и исполнительского мастерства в классическом танце».

Термином "классический танец" пользуется весь мир, обозначая определённый вид хореографической пластики. "Классический танец", одно из главных выразительных средств современного балета, представляет собой чётко выработанную систему движений. Эта система движений призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и прекрасным, превращая тело в чуткий инструмент, послушный воле исполнителя.

Непременные условия "классического танца" - выворотность ног, танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение, лёгкий и высокий прыжок. Свободное и пластичное владение руками, чёткая координация движений и, наконец, выносливость и сила. Приобретается это ежедневным тренажем, при тщательном выполнении установленных правил, при движении от простого, лёгкого и не требующего больших усилий упражнения - к более сложным движениям - быстрым, требующим предельного напряжения мышц.

Знания и навыки, полученные обучающимися в результате изучения курса, будут востребованы ими при овладении следующих хореографических дисциплин: «Историко-бытовой танец», «Характерный танец», «Спортивная хореография».

Актуальность данной программы обусловлена востребованностью художественно-эстетического развития обучающегося, недостатком двигательной активности у подрастающего поколения, а также желанием приобщиться к искусству классического танца.

Цель программы – создать условия для сохранения и укрепления здоровья путём формирования музыкально-двигательной культуры обучающихся, обогатить координацию опорно-двигательного и музыкально-слухового аппарата через овладение навыками классического танца.

Задачи:

образовательные:

расширить систему знаний о классическом танце;
совершенствовать технику исполнения классического танца;
познакомить с музыкальным материалом из балетов русских и зарубежных композиторов.

развивающие:

Развивать основные физические качества и способности, укреплять здоровье, развивать артистические, эмоциональные качества средствами классического танца;
совершенствовать навыки музыкально-ритмического движения;
развивать координацию, гибкость, пластику и общую физическую выносливость;
развивать внимание, наблюдательность, творческое воображение и фантазию через этюды и упражнения;
способствовать развитию художественного вкуса;
развивать музыкальные, художественно-творческие способности.

воспитательные:

формировать гражданскую позицию, патриотизм;
воспитывать чувство ответственности, товарищества, коллективизма;

воспитывать чувство гармонии, эстетики движения, жеста;
приобщить к здоровому образу жизни;
воспитывать трудолюбие, целеустремленность, настойчивость в достижении результата;
формировать музыкальную, художественную культуры, как неотъемлемую часть нравственно-духовного воспитания.

Общая характеристика учебного предмета

Построение урока в 10-11 классах начинается с практического освоения упражнений для совершенствования техники исполнительского мастерства в классическом танце. Движения исполняются по отдельности и в усложненных сочетаниях.

Урок состоит из упражнений у палки и упражнений на середине зала, последние делятся на экзерсис, "adagio", "allegro" и упражнения на пальцах.

Важнейшим требованием проведения урока по элективному учебному курсу «Совершенствование техники и исполнительского мастерства в классическом танце» является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающим с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств соблюдения гигиенических норм.

В результате изучения обучающий должен: освоить программные движения классического танца, повысить технику исполнения уже пройденного материала, развивать танцевальность и выразительность исполнительства.

Программа элективного учебного курса *«Совершенствование техники и исполнительского мастерства в классическом танце»* реализуется на основе государственного стандарта среднего (полного) общего образования, базисного учебного плана для школ РФ «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В.И. Лях, А.А. Зданевич - М, Просвещение, 2011 г.).

Данная программа рассчитана на 68 часов.

Срок реализации: 2 года

Планируемые результаты обучения:

В процессе освоения курса у обучающихся будут достигнуты определенные личностные результаты.

В результате изучения курса обучающий должен

знать: понимать роль танца в формировании здорового образа жизни, организации культурного отдыха и профилактике вредных привычек;

знать основы формирования двигательной активности и развития физических качеств;

знать способы закаливания организма, сохранения и поддержания балетной «формы»;

знать последовательности движений у станка, и на середине зала, прыжков и занятий на пальцах (девочкам);

уметь: составлять и выполнять классические комбинации, координирующие движения с учётом индивидуальных особенностей учащихся;

выполнять технические действия в классическом танце;

осуществлять наблюдение за своим физическим и культурным развитием, индивидуальной физической подготовкой, контроль за техникой выполнения классических движений и режимом нагрузки;

выполнять движения в предложенном музыкальном ритме;

придать исполнению элементы художественного мастерства;

соблюдать безопасность при выполнении танцевальных движений, при проведении концертов, конкурсов, фестивалей.

**Учебный план
10 класс**

Раздел	Название темы	Количество часов	Зачётные уроки
Введение Раздел 1	Инструкция по ТБ. Упражнения на середине зала для развития устойчивости (апломб).	8	1
	Упражнения для укрепления стопы на пуантах.		
Раздел 2	Упражнения для развития техники вращения (пируэты, шенэ).	7	1
	Аллегро.		
Раздел 3	Упражнения для развития координации.	11	1
	Аллегро		
Раздел 4	Упражнения для совершенствования техники и исполнительского мастерства	6	1
	Аллегро		
Итоговое повторение		2	
Итого:		34	

**Учебно-тематический план элективного учебного курса
«Совершенствование техники и исполнительского мастерства в классическом танце»
10 класс**

№	Тема	Количество часов
1	Вводный урок. Инструктаж по ТБ.	1
Раздел 1 (7ч). Упражнения на середине зала для развития устойчивости (апломб). Упражнения для укрепления стопы на пуантах.		
2	Глиссад ан турнант по 1/2 поворота. Пальцы	1
3	Глиссад ан турнант по 1/2 поворота. Пальцы	1
4	Глиссад ан турнант по 1/2 поворота. Пальцы	1
5	Сиссон уверт девелёппэ на 45°. Пальцы.	1
6	Сиссон уверт девелёппэ на 45. Пальцы.	1
7	Сиссон уверт девелёппэ на 90°. Пальцы	1
8	Сиссон уверт девелёппэ на 90°.	1
Раздел 2 (7ч). Упражнения для развития техники вращения (пируэты, шенэ). Аллегро.		
9	Пируэты с темп релевэ	1
10	Пируэты с темп релевэ	1
11	Четвертные батманы	1
12	Четвертные батманы	1
13	Фуэттэ с купэ-шага в I арабеск	1
14	Фуэттэ с купэ-шага в аттитюд	1
15	Фуэттэ с купэ шага в аттитюд	1
Раздел 3 (11ч). Упражнения для развития координации. Аллегро.		
16	Туры в больших позах с IV поз	1
17	Туры в больших позах с IV поз	1
18	Туры в больших позах с IV поз	1
19	Сиссон фермэ	1
20	Сиссон фермэ	1

21	Сиссон фермэ.	1
22	Гранд сиссон уверт в позах	1
23	Гранд сиссон уверт в позах	1
24	Гранд сиссон уверт в позах	1
25	Гранд сиссон уверт в позах	1
26	Гранд сиссон уверт в позах.	1
Раздел 4 (6ч). Упражнения для совершенствования техники и исполнительского мастерства.		
27	Гранд сиссон томбэ в позах	1
28	Гранд сиссон томбэ в позах	1
29	Па де буррэ баллётэ	1
30	Па де буррэ баллётэ ан турнант по точкам	1
31	Па де буррэ баллётэ ан турнант по точкам	1
32	Па де буррэ баллётэ ан турнант по точкам.	1
Повторение (2ч). Упражнения для совершенствования техники и исполнительского мастерства. Аллегро.		
33	Повторение	1
34	Повторение	1

Содержание элективного учебного курса

«Совершенствование техники и исполнительского мастерства в классическом танце» 34ч.

10 класс

Вводный урок (1ч). Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 1 (7ч). Упражнения на середине зала для развития устойчивости (апломб).
Упражнения для укрепления стопы на пуантах.

Раздел 2 (7ч). Упражнения для развития техники вращения (пируэты, шенэ).
Аллегро.

Раздел 3 (11ч). Упражнения для развития координации.
Аллегро.

Раздел 4 (6ч). Упражнения для совершенствования техники и исполнительского мастерства.
Аллегро.

Повторение (2ч).

11 класс

Раздел	Название темы	Количество часов	Зачётные уроки
Введение Раздел 1	Инструкция по ТБ. Упражнения на середине зала для развития устойчивости (апломб).	8	1
	Упражнения для укрепления стопы на пуантах.		
Раздел 2	Упражнения для развития техники вращения (пируэты, шенэ).	7	1
	Аллегро.		
Раздел 3	Упражнения для развития координации.	11	1
	Аллегро		
Раздел 4	Упражнения для совершенствования техники и исполнительского мастерства	6	1
	Аллегро		
Итоговое повторение		2	
Итого:		34	

**Учебно-тематический план элективного учебного курса
«Совершенствование техники и исполнительского мастерства
в классическом танце»**

11 класс

№	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструкция по ТБ. Глиссад ан турнант по 1/2 поворота	1
Раздел 1 (7ч). Упражнения на середине зала для развития устойчивости (апломб). Упражнения для укрепления стопы на пуантах.		
2	Ронд де жамб ан леер с переходом в деми-плие	1
3	Ронд де жамб ан леер с переходом в деми-плие	1
4	Дубль ронд де жамб ан леер. Пальцы	1
5	Дубль ронд де жамб ан леер. Пальцы	1
6	Флик- фляк ан турнан. Пальцы	1
7	Сиссон увер девелёппэ на 90°. Пальцы	1
8	Сиссон увер девелёппэ на 90°.	1

Раздел 2 (7ч). Упражнения для развития техники вращения (пируэты, шене). Аллегро.		
9	Флик- фляк ан турнан в позы на 45 ⁰	1
10	Флик- фляк ан турнан в позы на 45 ⁰	1
11	Четвертные батманы. Пальцы	1
12	Четвертные батманы. Пальцы	1
13	Фуэттэ с купэ-шага в I арабеск (середина)	1
14	Фуэттэ с купэ-шага в II аттитюд (середина) Пальцы	1
15	Пируэты с тапп релевэ (середина). Пальцы.	1
Раздел 3 (11ч). Упражнения для развития координации. Аллегро.		
16	Туры в больших позах с IV поз. Пальцы	1
17	Туры в больших позах с IV поз. Пальцы	1
18	Дубль ассамбле батю	1
19	Дубль ассамбле батю. Пальцы	1
20	Сиссон фермэ. Пальцы	1
21	Сиссон фермэ. Пальцы	1
22	Гранд сиссон уверт в позах.	1
23	Гранд сиссон уверт в позах.	1
24	Бризе вперёд и назад. Пальцы	1
25	Бризе вперёд и назад. Пальцы	1
26	Гранд сиссон уверт в позах Пальцы.	1
Раздел 4 (6ч). Упражнения для совершенствования техники и исполнительского мастерства. Аллегро.		
27	Гранд сиссон томбэ в позах. Пальцы	1
28	Гранд сиссон томбэ в позах. Пальцы	1
29	Па де буре балёте на круазе и эффасе на пальцах	1
30	Па де буре на круазе и эффасе на пальцах	1
31	Порт де бра с препарасьон к турам	1

32	Пируэты с окончанием в позы. Пальцы.	1
Повторение (2ч).		
33	Резерв	1
34	Резерв	1

Содержание элективного учебного курса

«Совершенствование техники и исполнительского мастерства в классическом танце» 34ч. (11 класс)

Введение (1ч). Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 1 (7ч). Упражнения на середине зала для развития устойчивости (апломб).
Упражнения для укрепления стопы на пуантах.

Раздел 2 (7ч). Упражнения для развития техники вращения (пируэты, шене).
Аллегро.

Раздел 3 (11ч). Упражнения для развития координации.
Аллегро.

Раздел 4 (6ч). Упражнения для совершенствования техники и исполнительского Мастерства.
Аллегро.

Итоговое повторение (2ч)

Критерии оценивания:

«**зачёт**» движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой в надлежащем ритме; ученик понимает суть движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив.

«**незачёт**» движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка.

Описание учебно-методического обеспечения

Список литературы для учащихся:

1. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В.И. Лях, А.А. Зданевич - М., Просвещение, 2015г.).
2. А. Деген, И. Ступников «Петербургский балет 1903-2003г.г.», СПб, Искусство, 2003г.
3. Детская энциклопедия «Балет», М., Просвещение, 2001г.
4. Э. Бочарникова «Страна Волшебный мир танца», М., Просвещение 1974г.
5. В. Пасютинская «Волшебный мир танца», М., Просвещение, 1985г.
6. А.Я. Ваганова «Основы классического танца». (для учеников балетных школ, педагогов классического танца) СПб, Искусство, 2012г.

Литература для учителя:

1. А.Я. Ваганова «Основы классического танца». (для учеников балетных школ, педагогов классического танца) СПб, Искусство. 2014г.

2. В. Костровицкая «100 уроков классического танца». С-Пб, Искусство, 2002г.
3. Н. Базарова «Классический танец». Л-д, Искусство, 1984г.
5. Л. Блок «Классический танец. История и современность». М., Искусство, 1987г.
6. С.Н. Головкина «Уроки классического танца в старших классах». М., Искусство, 1989г.
7. Н.И. Тарасов «Классический танец. Школа мужского исполнительства». М., Искусство, 1981г.
8. В. Костровицкая, А. Писарев «Школа классического танца». Л-д, Искусство. 1988г.
9. И. Эльяш «Образы танца». М., Знание, 1970г.
10. В. Пасютинская «Волшебный мир танца». М., Просвещение. 1985г.

Музыкальные сборники:

1. Гуно. «Балетная музыка из оперы «Фауст». Муз. изд., Л-д, 1992г. Музыка к танцевальным упражнениям (для музыкальных работников и руководителей детских хореографических коллективов).
2. «Русский императорский балет. Музыка из классических балетов. Избранное», изд. «Северный олень», СПб 1994г.
3. Р. Дриго «Танцы из балетов» Составитель Е. Кузнецк. Государственное музыкальное издательство Л-д. 1984г.
4. «Музыкальная хрестоматия для уроков историко-бытового танца». Составители Э. Крупкина, И. Воронина, М., Издательство «Музыка» 1980г.
5. Ярмолович «Музыкальное сопровождение» (методическое пособие). М., Муз.изд., 1997г.