

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение (колледж) города Москвы «Московское государственное
хореографическое училище имени Л.М.Лавровского»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ПУП.02.06. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ**

код и наименование специальности:

52.02.01 ИСКУССТВО БАЛЕТА

Москва

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПУП.02.06. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа ПУП.02.06 «Классический танец» является частью образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 «Искусство балета» (ИОП в ОИ) и предназначена для реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта по специальности 52.02.01 «Искусство балета», квалификация углубленной подготовки: артист балета, преподаватель.

Данная программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 52.02.01 «Искусство балета», утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 января 2015 г. № 35 и приказом Министерства Просвещения Российской Федерации о внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования по специальностям: 52.02.02 Искусство танца (по видам) и 52.02.01 Искусство балета от 5 марта 2021 г. № 87, зарегистрированным Минюстом России от 24.05.2021 г. № 63593

1.2. Место дисциплины в структуре ИОП в ОИ

Дисциплина ПУП.02.06. Классический танец относится к циклу профильных учебных дисциплин и направлена на формирование общих компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 11. Использовать в профессиональной деятельности умения и знания, полученные обучающимися в ходе освоения учебных предметов и профильных учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

А также на формирование следующей профессиональной компетенции:

ПК 1.6. Сохранять и поддерживать внешнюю, физическую и профессиональную форму.

1.3. Цели и задачи профильной учебной дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Цель программы «Классический танец» - подготовка высококвалифицированных артистов балета.

Основные задачи программы:

- овладение учащимися системой знаний о физическом совершенствовании человека;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- развитие гибкости корпуса и танцевального шага учащихся;
- укрепление мышц спины, брюшного пресса и выворотности бедер учащихся;
- способствование формированию выносливости коленного сустава и стопы учащихся

В результате освоения дисциплины ПУП.02.06. Классический танец обучающиеся должны:

уметь:

- составлять и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения.

знать:

- роль классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни;
- требования получаемой профессии к физической подготовленности обучающегося;
- основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств;

В рамках цикла профильных дисциплин, реализующих ФГОС СПО, дисциплина ПУП.02.06. Классический танец изучается на I-м, II-м и III-м курсе хореографического училища.

1.4. Профильная составляющая (направленность) программы ПУП.02.06. Классический танец

Дисциплина ПУП.02.06. «Классический танец» неразрывно связана с МДК 01.01. Классический танец и профильными дисциплинами и способствует формированию установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Дисциплина ПУП.02.06. «Классический танец» тесно связана со многими профессиональными дисциплинами, в частности: «Классический танец», «Народно-сценический (характерный) танец», «Историко-бытовой (исторический) танец», «Дуэтно-классический танец», «Современная хореография»; а также с дисциплинами «Гимнастика», «Ритмика».

1.5. Количество часов, отведенное на освоение программы учебной дисциплины ПУП.02.06. Классический танец

В рамках цикла профильных учебных дисциплин ПУП.02.06. Классический танец изучается на I-м, II-м и III-м курсе хореографического училища.

Форма организации занятий – мелкогрупповая, предусматривает отдельное обучение учащихся каждого пола на весь период обучения.

В том числе:

□ максимальная учебная нагрузка обучающегося – 320 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПУП.02.06. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	480
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	320
Самостоятельная работа	160
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ПУП.02.06. Классический танец

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов
I курс (девочки)		
Введение в теорию и практику классического танца	Техника безопасности на уроке. Роль классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни	2
Раздел 1. Упражнения у станка Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ног на plié	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, раздельно в	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки.	1

каждом направлении или крестом	Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Plié et relevé во всех позах на 90° Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: вперед effacée на 90°, attitude, efface, À la seconde, Écartée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне. Grand rond de jambe jeté en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand battement balance вперед и назад. Grand temps relevé на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 2 Упражнения на середине Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом en	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки.	1

tournant	Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, раздельно в каждом направлении или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: вперед effacée, attitude efface, À la seconde, Écartée на	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

90°	Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Позы: вперед effacée, attitude efface, À la seconde, Écartée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu en tournant. Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Подготовка (préparation) с IV и II позиций к большим пируэтам	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Soutenu en tournant en dedans/ Soutenu en tournant en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные пируэты (tours lents) в позах на 90° en dedans и en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Четвертные батманы (battements divisés en quarts,	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки.	1

en dehors et en dedans)	Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Flic-flac de face	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт (sur le cou-de-pied) с IV и V позиций (один оборот) а) en dehors б) en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные повороты из одной позы в другую	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с глубокого plié с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Половинные батманы (поворот на 180°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за	1

	Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Rond de jambe en l'air (по два)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Glissade en tournant en dehors et en dedans (с продвижением в сторону)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Glissade en tournant en dehors et en dedans (с продвижением в сторону)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с IV и V позиций (один оборот)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с IV и V позиций (один оборот)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Зачет		2
Итого за I курс		136
Самостоятельная работа	Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения	68
ВСЕГО		204

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов
	II курс (девочки)	

Введение в теорию и практику классического танца	Техника безопасности на уроке. Роль классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни	2
Раздел 1. Упражнения у станка Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, раздельно в каждом направлении или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90° Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: вперед effacée на 90°, attitude, efface, À la seconde,	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической	1

Écartée на 90°	нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне. Grand rond de jambe jeté en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand battement balance вперед и назад. Grand temps relevé на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement battu sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement battu sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 2 Упражнения на середине Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté с I или V	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально	1

позиции в сторону или крестом en tournant	необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ног на plié en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, раздельно в каждом направлении или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu en tournant. Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Подготовка (préparation) с IV u II позиций к большим пируэтам	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Soutenu en tournant en dedans/ Soutenu en tournant en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные пируэты (tours lents) в позах на 90° en dedans и en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Четвертные батманы (battements divisés en quarts, en dehors et en dedans)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Flic-flac de face	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт (sur le cou- de-pied) с IV u V позиций (один оборот) а) en dehors б) en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Медленные повороты из одной позы в другую	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с глубокого plié с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Половинные батманы (поворот на 180°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой пируэт со II и IV позиций во всех позах, на 90° (один оборот): а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой пируэт в позах на 90° – 2 оборота а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт с IV, V и II позиций в обоих направлениях (два оборота)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand temps relevé на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Туры по диагонали	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Fouetté на 45° en dehors et en dedans (до 8 оборотов)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Зачет		2
Итого за II курс		132
Самостоятельная работа	Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения	66
ВСЕГО		198

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов
III курс (девочки)		
Раздел 1. Упражнения у станка Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях. Battement tendu с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié. Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Battement frappé на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио		
Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90о с подъемом в V позиции на полупальцы. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45о в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы. Адажио développé passé с подъемом на полупальцы. Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90о Développé ballotté на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90о, вперед croisée на 90о, вперед effacée на 90о, attitude, efface, À la seconde, Écartée на 90о. Ports de bras. Battement battu sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90о на всей ступне. Grand rond de jambe jeté en dehors et en dedans. Grand battement balance вперед и назад. Grand temps	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

relevé на 90о		
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 2 Упражнения на середине Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом en tournant. Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe â terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90о с подъемом в V позиции на полупальцы en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально	1

en dedans с preparation temps relevé	необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы. Адажио développé passé с подъемом на полупальцы. Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90°. Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°. вперед effacée, attitude effacée, À la seconde, Écartée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras. Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu en tournant. Battement tendu jeté en tournant. Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Подготовка (préparation) с IV и II позиций к большим пируэтам. Soutenu en tournant en dedans/ Soutenu en tournant en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Медленные пируэты (tours lents) в позах на 90° en dedans и en dehors. Temps lié на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Четвертные батманы (battements divisés en quarts, en dehors et en dedans). Flic-flac de face	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с глубокого plié с V позиции. Половинные батманы (поворот на 180°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air. Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air. Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой пируэт со II и IV позиций во всех позах, на 90° (один оборот): а) en dedans б) en dehors. Большой пируэт в позах на 90° – 2 оборота а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт с IV, V и II позиций в обоих направлениях (два оборота)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand temps relevé на 90°. Grand	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за	1

temps relevé en dehors et en dedans с одним пируэтом	своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад (fouetté effacé). Renversé en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большое Fouetté (grand fouetté, efface en tournant en dehors et en dedans). Chaîné на полупальцах	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 3 Аллегро Sissonne fondue. Pas failli	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand chassé. Rond de jambe sauté (45o)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Pas couru. Grand assemblé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большое jeté с V позиции. Sissonne simple en tournant en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Cabriole (45o). Большое jeté с предшествующим вспомогательным движением	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Jeté fermé. Jeté fondu	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe sauté double (45o) en dehors et en dedans. Маленькое emboité en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Sissonne - soubressaut. Большое emboité на 90o без поворота	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за	1

	своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Brisé dessus et dessous. Pas ballotté. Cargouillade	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленькое emboités с продвижением в сторону по полтура. Sissonne ouverte en tournant en dehors et en dedans на 45о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад. Большой кабриоль на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Saut de basque. Grand pas de basque. Grand assemblé en tournant. Перекидное jeté	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 4 Заноски Сложное Echappé battu (первая заноска с V позиции, вторая – со II на V позицию)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Assemblé battu. Brisé вперед и назад. Petit jeté battu	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ballonné battu с V позиции. Маленькое jeté battu (с продвижением в сторону на полтура)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Sissonne ouverte battue на 45о. Sissonne fermée battue.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Entiechat six	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки.	1

	Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Дифференцированный зачет		1
Итого за II курс		52
Самостоятельная работа	Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения	25
ВСЕГО		77

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов
	I курс (мальчики)	
Введение в теорию и практику классического танца	Техника безопасности на уроке. Роль классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни	2
Раздел 1. Упражнения у станка Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

	подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

	подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90° Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: вперед effacée на 90°, attitude, efface, À la seconde, Écartée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне. Grand rond de jambe jeté en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand battement balance вперед и назад. Grand temps relevé на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	1

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Комбинации с пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 2 Упражнения на середине Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	1

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей.	1

	подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu en tournant. Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Подготовка (préparation) с IV и II позиций к большим пируэтам	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Soutenu en tournant en dedans/ Soutenu en tournant en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные пируэты (tours lents) в позах на 90° en dedans и en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Четвертные батманы (battements divisés en quarts, en dehors et en dedans)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	1

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Flic-flac de face	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт (sur le cou-de-pied) с IV и V позиций (один оборот) а) en dehors б) en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные повороты из одной позы в другую	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с глубокого plié с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Половинные батманы (поворот на 180°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	2

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Большой пируэт со II и IV позиций во всех позах, на 90° (один оборот): а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Большой пируэт со II и IV позиций во всех позах, на 90° (один оборот): а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Маленький пируэт с IV, V и II позиций в обоих направлениях (два оборота)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Маленький пируэт с IV, V и II позиций в обоих направлениях (два оборота)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Grand temps relevé на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад (fouetté effacé)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	2

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад (fouetté effacé)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Раздел 3 Аллегро Sissonne fondue	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Pas failli	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Grand chassé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Rond de jambe sauté (45°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Pas couru	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Grand assemblé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Большое jeté с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	2

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Sissonne simple en tournant en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Cabriole (45°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Большое jeté с предшествующим вспомогательным движением	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Jeté fermé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Jeté fondu	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Rond de jambe sauté double (45°) en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Маленькое emboité en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	2

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Sissonne - soubressaut	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Большое emboité на 90° без поворота	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Brisé dessus et dessous	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Pas ballotté	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Cargouillade	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Два тура в воздухе (для мужского класса)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Раздел 4 Заноски Сложное Echappé battu (первая заноска с V позиции, вторая – со II на V позицию)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Assemblé battu	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение	2

	безопасности при выполнении физических упражнений.	
Брисе вперед и назад	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Petit jeté battu	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Ballonné battu с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Зачет	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	2
Итого за I курс		136
Самостоятельная работа	Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения	68
ВСЕГО		204

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов
	II курс (мальчики)	
Введение в теорию и практику классического танца	Техника безопасности на уроке. Роль классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни	2

Раздел 1. Упражнения у станка Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90° Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: вперед effacée на 90°, attitude, efface, À la seconde, Écartée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне. Grand rond de jambe jeté en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Battement fondu на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45° в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement soutenu на 90° с подъемом в V позиции на полупальцы en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement double frappé на пол и на 45° в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за	1

	режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Développé ballotté на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90°, вперед croisée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: вперед effacée, attitude efface, À la seconde, Écartée на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90° на всей ступне	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu en tournant. Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Подготовка (préparation) с IV и II позиций к большим пируэтам	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за	1

	режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Soutenu en tournant en dedans/ Soutenu en tournant en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные пируэты (tours lents) в позах на 90° en dedans и en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Четвертные батманы (battements divisés en quarts, en dehors et en dedans)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Flic-flac de face	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт (sur le cou-de-pied) с IV и V позиций (один оборот) а) en dehors б) en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные повороты из одной позы в другую	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с глубокого plié с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Половинные батманы (поворот на 180°)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за	1

	режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой пируэт со II и IV позиций во всех позах, на 90° (один оборот): а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой пируэт в позах на 90° – 2 оборота а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт с IV, V и II позиций в обоих направлениях (два оборота)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand temps relevé на 90°	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand temps relevé en dehors et en dedans с одним пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад (fouetté effacé)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Renversé en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большое Fouetté (grand fouetté, efface en tournant en dehors et en dedans)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за	1

Итого за II курс		132
Самостоятельная работа	Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения	66
ВСЕГО		198

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающегося	Объем часов
III курс (мальчики)		
Раздел 1. Упражнения у станка Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu с V позиции в сторону или крестом. Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом. Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement fondu на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально	1

Battement soutenu на 90о с подъемом в V позиции на полупальцы. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé	необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Battement double frappé на пол и на 45о в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. Petit battement sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы. Адажио développé passé с подъемом на полупальцы. Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90о Développé ballotté на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90о, вперед croisée на 90о. вперед effacée на 90о, attitude, efface, À la seconde, Écartée на 90о. Ports de bras	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand rond de jambe développé на 90о на всей ступне. Grand rond de jambe jeté en dehors et en dedans. Grand battement balance вперед и назад. Grand temps relevé на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Комбинации с пируэтом. Battement battu sur le cou-de-pied	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 2 Упражнения на середине Глубокое приседание в I, II, IV и V позициях en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1

Battement tendu с V позиции в сторону или крестом en tournant. Battement tendu jeté с I или V позиции в сторону или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu demi-plié с V позиции в сторону или крестом en tournant. Battement fondu на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы. На всей стопе на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe à terre en dehors et en dedans с добавлением обвода ногой на plié en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой Battement jeté в сочетании с большим Battement pointé, отдельно в каждом направлении или крестом en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement frappé на пол и на 45о в сторону или крестом с подъемом на невысокие полупальцы, закончить адажио en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu pour batterie. Battement soutenu на 90о с подъемом в V позиции на полупальцы en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с preparation temps relevé. Battement double frappé на пол и на 45о в сторону или вперед и назад или крестом с подъемом на невысокие полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Petit battement sur le cou-de-pied. Адажио développé крестом с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической	1

	нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Адажио développé passé с подъемом на полупальцы. Адажио développé обводом в ¼ круга с подъемом на полупальцы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Plié et relevé во всех позах на 90о. Développé ballotté на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Позы: 2-й арабеск на 90о, вперед croisée на 90о, вперед effacée, attitude efface, À la seconde, Écartée на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Ports de bras. Grand rond de jambe développé на 90о на всей ступне	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Battement tendu en tournant. Battement tendu jeté en tournant. Battement tendu jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Подготовка (préparation) с IV u II позиций к большим пируэтам. Soutenu en tournant en dedans/ Soutenu en tournant en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные пируэты (tours lents) в позах на 90о en dedans и en dehors. Temps lié на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Четвертные батманы (battements divisés en quarts, en dehors et en dedans). Flic-flac de face	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленький пируэт (sur le cou-de-pied) с IV u V позиций (один оборот) а) en dehors б) en dedans. Пируэт с глубокого plié с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Медленные повороты из одной позы	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально	1

в другую. Движения с поворотом, включение rond de jambe en l'air	необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Половинные батманы (поворот на 180о). Flic-flac en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Temps lié с пируэтом (в обоих направлениях): а) нога на полу б) на 90о. Большой пируэт со II и IV позиций во всех позах, на 90о (один оборот): а) en dedans б) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Большой пируэт в позах на 90о – 2 оборота а) en dedans б) en dehors. Маленький пируэт с IV, V и II позиций в обоих направлениях (два оборота)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand temps relevé на 90о. Grand temps relevé en dehors et en dedans с одним пируэтом	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад (fouetté effacé). Renversé en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 3 Аллегро Sissonne fondue. Pas failli. Grand chassé. Rond de jambe sauté (45о)	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Pas couru. Grand assemblé. Большое jeté с V позиции. Sissonne simple en tournant en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Cabriole (45о). Большое jeté с предшествующим вспомогательным движением. Jeté fermé. Jeté fondu. Jeté en tournant	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe sauté double (45о) en	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально	1

dehors et en dedans. Маленькое emboité en tournant. Sissonne - soubressaut. Большое emboité на 90о без поворота	необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Sissonne - soubressaut. Большое emboité на 90о без поворота. Brisé dessus et dessous. Pas ballotté	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Cargouillade. Маленькое emboités с продвижением в сторону по полтура. Маленькое emboités с продвижением в сторону по полтура. Sissonne ouverte en tournant en dehors et en dedans на 45о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Фуэтировка на ¼ круга вперед и назад. Большой кабриоль на 90о. Saut de basque. Grand pas de basque. Grand assemblé en tournant. Перекидное jeté	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 4 Заноски Сложное Echappé battu (первая заноска с V позиции, вторая – со II на V позицию). Assemblé battu	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Brisé вперед и назад. Petit jeté battu. Ballonné battu с V позиции	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Маленькое jeté battu (с продвижением в сторону на полтура). Sissonne ouverte battue на 45о. Sissonne fermée battue. Entiechat six. Большой assemblé с заноской	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Раздел 5 Пальцы Assemblé soutenu en tournant en dehors et en dedans. Relevé на одну ногу в позы на 90о	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Coupé ballonné. Rond de jambe en l'air.	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально	1

Petit changement de pied. Jeté en tournant (с продвижением в сторону на полтура)	необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	
Relevé на одну ногу, другая открыта на 90о в какой-либо позе (на месте и с перемещением). Ballonné с продвижением вперед и назад	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Rond de jambe en l'air (по два). Glissade en tournant en dehors et en dedans (с продвижением в сторону). Pas couru	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Grand fouetté effacé вперед и назад. Пируэт с IV и V позиций (два оборота) en dehors	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Пируэт с IV и V позиций (два оборота) en dehors. Туры по диагонали	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Fouetté на 45о en dehors et en dedans	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Дифференцированный зачет	Выполнение комплекса специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей. Осуществление наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимом физической нагрузки. Соблюдение безопасности при выполнении физических упражнений.	1
Итого за III курс		52
Самостоятельная работа	Использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения	25
ВСЕГО		77

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПУПА.02.06. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

2.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины «Классический танец» осуществляется в хореографическом зале.

Оборудование хореографического зала: зеркала, станки, фортепиано (рояль, пианино), музыкальный центр, телевизор и т.д.

2.2. Информационно – коммуникационное обеспечение обучения. Перечень учебных изданий, интернет – ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Баднин И. Охрана труда и здоровья артистов балета. Учебное пособие – М.: Медицина, 1987.
2. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем – М.: МГАХ, 2004.
3. Миловзоров М. Анатомия и физиология человека. Учебник – М.: Медицина, 1976 .
4. Миронова З., Баднин И. Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата у артистов балета – М.: Медицина, 1976.

Дополнительные источники:

1. Бахрушин Ю. История русского балета. Учебное пособие – М.: Советская Россия. Просвещение, 1977.
2. Блок Л. Классический танец. История и современность – М.: Искусство, 1987
3. Красовская В. Русский балетный театр второй половины XIX в. - Л. - М.: Искусство, 1963.

Электронные образовательные ресурсы:

1. Александрова Н.А. - Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий, 2011 // ЭБС "Издательства Лань".
2. Ваганова А.Я. - Основы классического танца, 2011 // ЭБС "Издательства Лань".
3. Гавликовский Н.Л. - Руководство для изучения танцев, 2010// ЭБС "Издательства Лань".

4. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии, //ЭБС "Издательства Лань".
5. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии, 2019// ЭБС "Издательства Лань".
6. Мориц В.Э., Тарасов Н.И., Чекрыгин А.И. Методика классического тренажа, 2019// ЭБС "Издательства Лань".

Интернет-источники:

1. <http://www.balletacademy.ru>.
2. <http://www.mariinsky.ru>.
3. <http://www.vaganova.ru>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПУП.02.06. КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения дисциплины ПУП.02.06. Классический танец обучающиеся должны:</p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none">• роль классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни;• требования получаемой профессии к физической подготовленности обучающегося;• основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств; уметь:• составлять и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма;• осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки;• соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;• использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения.	<p>Контроль знаний проводится в конце каждого курса в форме зачета и на III-м курсе в форме дифференцированного зачета</p>