

				Позиции ног I, II, III, IV Постановка корпуса боком к станку <u>Exercise на середине:</u> Постановка корпуса (в выворотных позициях), <i>Allegro:</i> Прыжки по VI позиции. Поклон- изучение Постановочная работа. Этюдная форма работы.		
3.	11.09.23.	Теория, практика, беседы	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Постановка корпуса. Позиции ног – I, II, III V Позиции рук – подготовительное положение, I, III, Demi-plié по I, II, III, V позициям. <u>Exercise на середине:</u> Танцевальный шаг (марш) под музыку Танцевальный шаг (марш) с координацией рук и ног. Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III. I форма por de bras. <i>Allegro:</i> Марш – один шаг на такт, два шага на такт. Повороты на месте по точкам класса. Бег с носка по кругу, по диагоналям. Двойной подскок (подготовка к польке). Трамплинные прыжки по I прямой позиции.	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
4.	14.09.23.	Теория, практика, беседы	3	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Позиции ног - I, II, III, V. Demi-plies в I, II, III, V позициях. Battements tendus: по I позиции в сторону, вперед, назад <u>Exercise на середине:</u> Подготовительное, первое, третье por de bras	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements tendus: по I позиции в сторону, вперед, назад; <i>Allegro:</i> Шаг с остановкой Шаг с приставным шагом. Шаг на пятках и на носках, не сгибая колени Прыжки по VI позиции. Элементы актёрского мастерства. Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве.</p>		
5.	18.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u><i>Exercise у станка:</i></u> Demi plies по I, II, V позициям. Понятие направлений en dehors et en dedans. Позиции рук: подготовительное положение, I позиция, III позиция, II позиция. Перегибы корпуса назад, в сторону, лицом к станку. <u><i>Exercise на середине:</i></u> Изучение точек класса Положение корпуса en face, профиль. Позиции рук: подготовительное положение, I позиция, III позиция, II позиция. <i>Allegro:</i> Маленькие прыжки - temps leve</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
6.	21.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u><i>Exercise у станка:</i></u> Demi-plies в I, II, III, V позициях. Battements tendus: по V позиции в сторону Понятие направлений en dehors et en dedans. <u><i>Exercise на середине:</i></u> Постановка корпуса в выворотных позициях ног, Battements tendus: по V позиции в сторону, вперед, назад; Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции Элементы историко-бытового танца. Танцевальный шаг с остановкой (с паузой)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Танцевальные шаги линии танца по одному, в паре. Этюдная форма работы.		
7.	25.09.23.	Теория, практика, беседы	2	Партерная гимнастика. Постановка корпуса, сидя на полу: Работа над выворотностью стопы из разных позиций и положений ног и корпуса. Вытягивание подъёма стоп по VI и I позиции. Парные упражнения (стрейч-гимнастика) Упражнения со скакалкой. Элементы детского танца. Танцевальный шаг с носка. Шаг с пятки, шаг на полупальцах Приставной шаг, шаги на полуприседании, маршевый шаг, галоп, Подскок, легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях, Бег «лошадки» Трамплинные прыжки в I и II свободным позициям Трамплинные прыжки во II свободной позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами Беседа «О классическом танце»	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
8.	28.09.23.	Теория, практика, беседы	2	Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Battements tendus из V позиции: в сторону, вперед Battements tendus pour le pied в сторону. Положение ноги sur le cou-de-pied вперед и назад. <u>Exercice на середине:</u> Изучение поворотов и наклонов головы. Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans Préparation для руки, стоя боком к станку, держась одной рукой за станок. Allegro: Temps levés sautés в I и II позиции ног – лицом к станку,	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Прыжки по VI позиции с добавлением поворотов на 90°</p> <p>Элементы актёрского мастерства</p> <p>Эмоциональное исполнение упражнений у станка и на середине.</p>		
9.	02.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная гимнастика.</p> <p>Упражнения на координацию движений; укрепление мышц ног, спины, живота.</p> <p>Работа над выворотностью стопы из разных позиций и положений ног и корпуса.</p> <p>Вытягивание подъёма стоп по VI и I позиции.</p> <p>Упражнения для развития выворотности стоп.</p> <p>Парные упражнения - для развития гибкости спины.</p> <p>Элементы детского танца.</p> <p>Бег на носках мелкими шагами</p> <p>Бег с хлопками.</p> <p>Танцевальный шаг, подскоки, остановка</p> <p>Упражнения на подскоки</p> <p>Бег на полупальцах по кругу</p> <p>Бег с носка с откидыванием высоко ног назад.</p> <p>Приставной шаг, шаги на полуприседании, маршевый шаг, галоп</p> <p>Беседа.</p> <p>«О значении партерной гимнастики в классическом танце»</p> <p>Постановочная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
10.	05.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercise у станка:</u></p> <p>Preparation к движению, упражнению</p> <p>Plié по I, II и V позиции ног;</p> <p>Battement tendu jete по I в заданном направлении</p> <p><u>Exercise на середине:</u></p> <p>Temps levés sautés в I и II позиции ног – лицом к станку,</p> <p>Прыжки по VI позиции с добавлением поворотов на 90°</p> <p>Элементы детского танца.</p> <p>Танцевальный шаг вперед и назад</p> <p>Танцевальный шаг с высоким подниманием колен</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Легкий бег на носочках Танцевальный шаг с движениями рук Бег на носках мелкими шагами Бег с хлопками. Упражнения на подскоки Постановочная работа (по репертуарному плану)</p>		
11.	09.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Port de bras (первое). Demi-pliés в I, II, III, V позиции Battements tendus: из V позиции в сторону, вперед, назад; Battement tendu jete – в сторону Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans <u>Exercice на середине:</u> Постановка корпуса (в выворотных позициях) Позиции рук и переводы рук из одной позиции в другую Demi-plies по I, II III позициям en face Элементы историко-бытового танца. Простейшие формы pas chassé. Основы вращения на месте (понятие «точки») Постановочная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
12.	12.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная гимнастика. Работа стопы и коленного сустава - проучить умение разрабатывать стопу, сокращая и вытягивая подъем. Обучение правильной постановке ноги при подъёме её вверх - вперёд на 45° Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса Медленный подъем ноги в выворотном положении. Наклоны корпуса – «пружинка» Упражнения на координацию движений; укрепление мышц ног, спины, живота. Элементы детского танца. Бег на носках мелкими шагами</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Бег с хлопками. Танцевальный шаг с движениями рук Танцевальный шаг, подскоки, остановка Работа над руками: Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
13.	16.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Releve на полупальцы в VI позиции лицом к станку. Battements tendus jetés из I в сторону по точкам. Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans. Passé par terre проведение ноги вперед и назад через I позицию. <u>Exercise на середине:</u> Позиции рук: подготовительное положение I, II, III. Allegro, Повороты на месте по точкам класса. Танцевальный шаг, подскоки, остановка Pas польки en face и épaulement Элементы актёрского мастерства. Приемы выражения чувств: радость, грусть. Эмоциональное исполнение танцевальных номеров в репетиционной работе.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
14.	19.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Passé par terre проведение ноги вперед и назад через I позицию. Выворотное (открытое) положение I и II позиции ног. <u>Exercise на середине:</u> Battements tendus: с I и V позиций вперед, в сторону Позиции рук: подготовительное положение I, II, III. Allegro, Повороты на месте по точкам класса. Танцевальный шаг, подскоки, остановка Pas польки en face и épaulement</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Элементы историко-бытового танца. Поочередные подскоки с подведением натянутой стопы согнутой в колене работающей ноги к колену толчковой; Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>		
15.	23.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная гимнастика. Работа стопы и коленного сустава - проучить умение разрабатывать стопу, сокращая и вытягивая подъём. Постановка ноги при подъёме её вверх - вперёд на 45° Перестроения: Круг, полукруг, два круга Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга Приседы на подъёме из положения, сидя на коленях Упражнения в паре, для растяжки спины. Упражнения с мячом (комплекс упражнений с мячом) Элементы детского танца. Танцевальный шаг Бег на носках мелкими шагами Бег с хлопками. Постановочная и репетиционная часть занятия.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
16.	26.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Положение ноги sur le sou-de-pied («условное»); Demi-plies I, II, III открытые позиции Battement tendus из I позиции вперёд, в сторону, назад; <u>Exercice на середине:</u> Epaulemément éffacé V поз. Epaulemément croisee. V поз. Умение держать равновесие. Allegro: Temps leve по I, II, V позициям. Бег на полупальцах: в линиях, по кругу, по диагонали. Двойной подскок (подготовка к польке).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Трамплинные прыжки по I, II позициям и по I прямой позиции Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)		
17.	30.10.23.	Теория, практика, беседы	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battement tendus из V позиции вперед, в сторону, назад; Battement tendu с passé par-terre. Round de jambe par terre по точкам Battements tendus jete из I позиции в сторону Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans. <u>Exercise на середине:</u> Demi-plies по I en face. Battements tendus из I позиции в сторону, Allegro: Temps leve по I, II, V позициям. Бег на полупальцах: Элементы историко-бытового танца. Шаги: бытовые, танцевальные, легкие, скользящие., Повороты на месте по точкам класса. Виды port de bras соло и в паре (4/4 и 3/4) Поклоны и реверансы Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
18	02.11.23.	Теория, практика, беседы	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Выворотное (открытое) положение ног Battement tendu jete в сторону по I позиции со сгибом подъема работающей ноги. <u>Exercise на середине:</u> Танцевальный шаг вперед и назад Танцевальный шаг с высоким подниманием колен Allegro: Постановка корпуса. головы, рук и ног	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Подъём на полупальцы в I позиции; Комбинации прыжков. Элементы актёрского мастерства Эмоциональный окрас в исполнении движения. Беседа «Правила безопасности дома» Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>		
19	06.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная гимнастика. Комплекс Разработка выворотности, подвижности тазобедренного сустава Упражнения для улучшения гибкости позвоночника. Упражнения на укрепление брюшного пресса. Элементы детского современного танца. Бег на носках мелкими шагами Бег с хлопками. Шаг, подскоки, остановка Упражнения на подскоки Подъем на полупальцы (releve) в сочетании с demi-plie Беседа. «О значении силовой гимнастики в хореографии» Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
20.	09.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Battements tendus: с demi-plies в V позиции в сторону Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans <u>Exercice на середине:</u> Battements tendus: с V позиции вперед, в сторону, назад; Battement tendus jete из I позиции в сторону Por de bras с наклоном корпуса вперед, в сторону <i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку и на середине.</p> <p>Элементы историко-бытового танца.</p> <p>Скользящий шаг pas glissé по I и III позициям на 2/4.</p> <p>Двойной скользящий шаг pas chassé.</p> <p>Танцевальные шаги (применительно историко-бытового танца) по линии танца по одному, в паре.</p>		
21.	13.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная гимнастика.</p> <p>Упражнения на укрепление пресса и развития гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на выработку силы ноги, закрепление мышц пресса.</p> <p>Изучение правильной постановки ноги и подъёма ноги на 45°</p> <p>Упражнения со скакалками.</p> <p>Элементы детского современного танца.</p> <p>«Смени пару»: полька</p> <p>Постановка корпуса. головы, рук и ног</p> <p>Подъём на полупальцы в I позиции;</p> <p>Комбинации прыжков.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p> <p>Знакомство с танцевальным номером, с его хореографическим текстом. Прослушивание музыкального материала к постановке концертного номера.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
22.	16.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercice у станка:</u></p> <p>Понятие направлений en dehors et en dedans</p> <p>Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans</p> <p>Battements tendus из V позиции в сторону, вперед и назад</p> <p>Battements tendus jetes:</p> <p>Battements tendus jetes pour de pieds</p> <p>Por de bras с наклоном корпуса назад, в сторону - лицом к станку; боком к станку.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u>Exercise на середине:</u> Por de bras с наклоном корпуса вперёд, в сторону <i>Allegro:</i> Трамплинные прыжки в I позиции ног – лицом к станку и на середине Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану) Отработка позиций рук, ног, корпуса, головы в танце Отработка исполнительской техники</p>		
23.	20.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans. Положение ноги sur le cou-de-pied по VI позиции Положение ноги sur le cou de pied: «условное» Battement tendu demi-plies в I позиции в сторону; Battement releve lent на 45° в сторону из I позиции. <u>Exercise на середине:</u> <i>Allegro:</i> Прыжки с отведением ноги в сторону на носочек Элементы историко-бытового танца. Виды port de bras соло и в паре. Поклоны и реверансы Беседа «Терминология и значение названий движений в классическом танце»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
24.	23.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная гимнастика. Упражнения на развитие выворотности паха. Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо, широко в сторону). Умение правильно держать спину при наклонах Элементы детского современного танца. Ход по кругу на полупальцах. Удары всей стопой в пол. Хлопки и притопы.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Соскок на две ноги. Подскоки. Шаг польки. Основы вращения на месте (понятие «точки») Беседа. «Современный детский танец» Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>		
25	27.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battements tendus с demi-plié в V позицию - лицом к станку Rond de jambe par terre в первой раскладке en dehors, en dedans. Releve lent из I позиции во всех направлениях (лицом и спиной к станку на 45°) Releve lent из I позиции в сторону боком к станку. <u>Exercise на середине:</u> Battement tendu с demi-plié в сторону Allegro: Упражнения на подскоки Temps saute по I, II, V позициям Pas польки. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
26	30.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battement tendu с demi-plié Releve lent из I позиции 45° <u>Exercise на середине:</u> Постановка рук в подготовительном положении и 1-й, 2-й, 3-й позиции. Умение правильно держать положение рук закреплять силу рук, устойчивость корпуса на середине. Allegro: Шаг – перескок с высоко поднятыми коленями Танцевальные шаги по диагонали класса.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Беседа «Терминология и значение названий движений в классическом танце»		
27	04.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Положение ноги sur le cou-de-pied условное Положение ноги sur le cou-de-pied сзади. Grand battements jetes с V позиций вперед, в сторону, назад. Battement tendu с demi-plié Releve lent из I позиции 45° <u>Exercise на середине:</u> Постановка рук, умение правильно держать положение рук, закреплять силу рук, устойчивость корпуса на середине. <i>Allegro:</i> Шаг – перескок с высоко поднятыми коленями Танцевальные шаги по диагонали класса. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
28	07.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Releve lent из I позиции в сторону на 45°лицом и спиной к станку <u>Exercise на середине:</u> <i>Allegro:</i> Temps saute по I, II, V позициям. Changement de pieds. Беседа «Терминология и значение названий движений в классическом танце» Подготовка к промежуточной аттестации. Отработка элементов, движений у станка и на середине, проученных за I полугодие.	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

29	11.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercice у станка:</u> Releve lent из I позиции на 45° в сторону Grand battements jete из I позиции лицом к станку; Перегибы корпуса - port de bras Temps leve по I, II, V позициям. Pas de bourrée suivi без продвижения, лицом к станку.</p> <p><u>Exercice на середине:</u> Battements tendus jetés с I позиций вперед, в сторону, назад. Releve lent на 45° в сторону</p> <p><i>Allegro:</i> Танцевальные шаги по диагонали класса. Temps saute по I позиции</p> <p>Подготовка к промежуточной аттестации.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
30	14.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Промежуточная аттестация в середине учебного года.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
31	18.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercice у станка:</u> Plie, demi plie releve Battement tendu V позиции Battements tendus jeté из V позиций Releve lent из I позиции во всех направлениях на 45°</p> <p><u>Exercice на середине;</u> 1 и 3-е port de bras с окончанием в 5-ой позиции Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.</p> <p><i>Allegro:</i> Temps saute по I, II, V позициям. Прыжки с просветом- подготовка к pas échappé -с паузой Трамплинные прыжки.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

32	21.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Exercice у станка:</i> Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans. Battement tendu из V позиции в сторону Plie; tendu; jete с поворотами головы; Round de jambe par terre по точкам к себе и от себя</p> <p><i>Exercise на середине;</i> Releve lent из I позиции во всех направлениях 1 и 3-е port de bras с окончанием в 5-ой позиции</p> <p><i>Allegro:</i> Echappé. из V позиции во II позицию с паузой Pas echappé.с поворотом в V позиции Повороты по 6-ой позиции.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
33	25.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика.</p> <p>Упражнения на развитие выворотности тазобедренного суставов. Упражнения для развития шага.</p> <p>Элементы детского современного танца.</p> <p>Шаг с носка и пятки Шаг на носках и пятках Марш Шаг «под себя» (доставая пятками до ягодичных мышц) Шаг на пятках (высоко поднимая колени) Шаг на пятках «под себя» Бег (на носочках) Подсоки (без руки, с руками) Галоп («боковой» и «прямой!») Шаг с «пружинкой» по VI позиции вперед, в сторону, вправо и влево;«Уколы» вправо и влево</p> <p>Элементы актёрского мастерства: Танцевальные этюды на заданную тему.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
34	28.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Exercice у станка:</i> Grand plie – лицом к станку.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements tendus jeté с demi-plié в I и V позиции. Положение ноги sur le cou-de-pied, вперед, назад Battement releve lent на 90° <i>Exercise на середине:</i> Épaulemént croisé, Épaulemént éffacé (в пол) Pas de bouerre suivi <i>Allegro:</i> Pas échappé. из V позиции во II позицию с паузой Трамплинные прыжки. Элементы историко - бытового танца. Pas chasse вперед Pas glisse вперед, назад Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>		
35	11.01.24	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Упражнения для корпуса: Наклоны. Повороты. Круговые вращения. Упражнения для развития подъёма стопы; Упражнения на развитие танцевального шага. Упражнения для развития силы маха ноги. Махи ногами вперед поочередно на 45°-90°–в положении лёжа. Парные растяжки. Упражнения для развития силы маха ноги. Элементы детского современного танца. Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, На двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, отбрасывание ног назад; Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук; Сочетание прыжков с другими движениями; Подскоки на месте и с продвижением; Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

36	15.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с preparation. Battements releves lent на 90⁰ во всех направлениях лицом к станку; боком к станку. Battement fondu в сторону носком в пол Port de bras боком к станку. <u>Exercise на середине:</u> Demi plies по I, II, V позициям. Battements tendus jetes: с I позиции вперед, в сторону, назад. Pas balance в сторону на полупальцы Releve на полупальцы в I, II, V позициях Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, ; Беседа. «О детском современном танце» Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
37	18.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Комплекс упражнений, способствующий правильному формированию осанки. Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо; ноги широко в сторону) Отработка умения правильно держать спину при наклонах. Отрабатывать умения исполнения растяжки Упражнения для развития подъёма стоп. Растяжка ног (вперёд, в сторону) Развивать и воспитывать умение правильной растяжке мышц ног, Закрепление навыков умения растягиваться Элементы актёрского мастерства. Актерское оживление танцевального движения. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

38	22.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Relevés по I, II позициям: Battement fondu в сторону носком в пол Preparation en dehors et en dedans (проучить, закрепить отдельно) III por de bras с наклоном корпуса к станку от станка, а также вперёд (комбинация) Rond de jambe en liar- подготовительное. <u>Exercise на середине:</u> Battements tendus jetés: Demi-rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans Allegro: Changement de pieds Прыжки – с двух ног на две. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
39.	25.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Relevés по I, II, V позициям: с вытянутых ног, с demi plie. Demi-plies в IV поз Battements tendus pour le pied с V позиций: с опусканием пятки на II позицию; <u>Exercise на середине:</u> Battements tendus: из V позиции в сторону, Полуповороты в V позиции на полупальцах. Allegro: Temps levé sauté. по I, II, V позициям. Элементы историко- бытового танца. Pas chasse вперёд Pas glisse вперёд, назад Изучение элементов и движений к танцу «Падеграс» Элементы актёрского мастерства.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Художественно-образная информация. Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану).		
40.	29.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	Партерная гимнастика. Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника. Укрепление мышц спины, Работа над выворотностью стопы. Парные упражнения на натянутость коленей Элементы детского танца. Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, На двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, Отбрасывание ног назад; Шаг – перескок с высоко поднятыми коленями Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук; Сочетание прыжков с другими движениями; Подскоки на месте и с продвижением; Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками; Беседа. «О правилах поведения во время репетиций за кулисами и во время выступления на сцене»	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
41.	01.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Port de bras (перегибы корпуса) в различных сочетаниях: в сторону, вперед, назад. Положение ноги sur le cou-de-pied Petit battements sur le cou-de-pied Battements fondus носком в пол во всех направлениях: Relevés (подъемы) на полупальцы в I позиции– с вытянутых ног Passe 90° с I позиции. <u>Exercice на середине:</u> Battements tendus из V позиции.	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements frappes: носком в пол <i>Allegro:</i> Положение ноги sur le cou-de-pied Changement de pieds. Pas jete по 6-ой позиции Pas balance на месте с движением и переменной позиций рук - (комбинация). Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>		
42.	05.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <i>Exercise у станка:</i> Relevés по VI позиции с вытянутых ног, с demi plie. Battement tendu retire Battements fondus в сторону носком в пол. Relevé lent на 45° в сторону, вперед и назад <i>Exercise на середине:</i> Форма port de bras в различных сочетаниях (en dehors, en dedans) Épaulement croisé (с ногой на полу) Tan lie вперед, назад. <i>Allegro:</i> Pas jete по 6-й позиции Подготовка к assemble в сторону Pas écharpé. из V позиции во II позицию с паузой Элементы историко-бытового танца. Pas elewe вперед Pas elewe назад Изучение элементов и движений к танцу «Падеграс» Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
43.	08.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <i>Exercise у станка:</i> Relevé lent на 45° в сторону, вперед и назад Battement tendu retire</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Вдоль станка - вращение «Куколки» - шене Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку <i>Exercice na seredine:</i> Battement tendus jete из V позиции Demi-rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Por de bras en face. <i>Allegro:</i> По диагонали вращение «Куколки» - шене Шаг «польки» - по кругу, по линиям, в диагонали. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
44.	12.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Упражнения для развития и укрепления выносливости. Упражнения с мячом. Упражнения на напряжение и расслабление мышц; Упражнения на укрепление мышц спины; Упражнения на развитие танцевального шага; Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; Стойка на лопатках с вытянутыми ногами; "Колечко", "Корзиночка"; "Мостик" из положения, лежа на спине; Три вида шпагата (продольный, на левую и правую ногу). Элементы детского танца. Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, На двух ногах, с ноги на ногу, в поворотах, Отбрасывание ног назад; Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук; Сочетание прыжков с другими движениями; Подскоки на месте и с продвижением; Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками; Галоп и шаг польки.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Беседа. «Здоровый образ жизни»		
45.	15.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Battements tendus из I позиции во всех направлениях; Battements tendus jetés piqués Battements relevés lents на 45 ⁰ из V позиции, стоя боком к станку <u>Exercice на середине:</u> Battements frappes носком в пол во всех направлениях. Медленный шаг с подъёмом ноги на 45градусов <i>Allegro:</i> Положение ноги sur le cou-de-pied Pas de bourge – подготовка VI Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног Элементы актёрского мастерства. Развитие воображения, эмоциональной памяти, наблюдательности. Составление музыкальных образов и композиций. Примеры тем: «Ветер и листья», «Снежинки», Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
46.	19.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Battement retiré (движение, предшествующее изучению battements developpé). Battements relevés lents на 45 ⁰ из V позиции, стоя боком к станку <u>Exercice на середине:</u> Battements tendus jete во всех направлениях из I позиции. Port de bras корпусом (первая, вторая, третья форма) Подготовительные движения рук – préparations. <i>Allegro:</i> Pas saute; Pas eschappe;	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Элементы историко - бытового танца. Поклоны и реверанс Простейшие формы pas chassé. Галоп по VI и по III позициям. Pas de grasse. Pas élevé. Pas польки Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>		
47.	22.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Элементы силовой гимнастики Упражнения для развития и укрепления выносливости. Упражнения со скакалкой. Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса; Упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов Группировка, перекаты в группировки; Стойка на лопатках с вытянутыми ногами; "Колечко", "Корзиночка"; "Мост" из положения, лежа на спине; Элементы детского современного танца. Ход по кругу, хлопки и притопы. Галоп по кругу, по линиям, по диагонали. Соскок на две ноги. Подскоки, Шаг польки. Беседа «О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене» Репетиционная часть занятия (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
48.	26.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Battements tendus jeté с сокращением (flex) стопы работающей ноги на высоте 25° в сторону, вперед и назад. Battements relevés lents на 45° из V позиции, стоя боком к станку Положение ноги sur le cou-de-pied</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с demi-pliés.</p> <p><u>Exercise на середине:</u></p> <p>Battements fondus носком в пол во всех направлениях.</p> <p>Port de bras с rond de jambe par terre на demi plie.</p> <p>Passe 90 из I позиции.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas échappé. из V позиции во II позицию с паузой</p> <p>Pas jete. Temps saute I, II, V позициям. Pas chasse.</p> <p>Первый, второй arabesque носком в пол.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>		
49.	29.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercise у станка:</u></p> <p>Battements relevés lents на 45° из V позиции,</p> <p>Battements fondus в сторону носком в пол.</p> <p><u>Exercise на середине:</u></p> <p>Battement tendu retire</p> <p>Battements fondus в сторону носком в пол.</p> <p>Полжение epaulement croise et efface</p> <p>rond de jambe par terre</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas échappé. из V позиции во II позицию с паузой</p> <p>Changement de pieds.</p> <p>Элементы историко – бытового танца.</p> <p>Поклоны и реверанс</p> <p>Простейшие формы pas chassé.</p> <p>Галоп по VI и по III позициям.</p> <p>Pas de grasse. Pas élevé. Pas польки</p> <p>Беседа.</p> <p>«Роль экзерсиса классического танца».</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

50.	04.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercise у станка:</u> Battements relevés lents на 45⁰ из V позиции Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку</p> <p><u>Exercise на середине:</u> Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans. Battement tendu retire Положение epaulement croise et efface; Épaulement croisé в 5-ой позиции. Épaulement efface в 5-ой позиции.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas écharré. из V позиции во II позицию с паузой Pas jete. Подготовка к assamble в сторону</p> <p>Элементы историко-бытового танца. Pas élevé. Pas польки</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
51.	07.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exercise у станка:</u> Battements tendus jetés с dégagé и enveloppé по V позиции. Passe par terre-проведение ноги вперед и назад через I позицию. Battement tendu retire Battements fondus в сторону носком в пол. Положение epaulement croise et efface; Battements relevés lents на 45⁰ из V позиции</p> <p><u>Exercise на середине:</u> Grands pliés I, II. V позициях Battements relevés lent во всех направлениях на 90⁰.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas écharré. из V позиции во II позицию с паузой Pas jete.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

52.	11.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battements tendus jetés с dégagé и enveloppé по V позиции. Passe par terre-проведение ноги вперед и назад через I позицию. Battement tendu retire Battements fondus в сторону носком в пол. Положение epaulement croise et efface; Battements relevés lents на 45о из V позиции <u>Exercise на середине:</u> Grands pliés I, II. Vпозициях Battements relevés lent во всех направлениях на 90⁰. <i>Allegro:</i> Pas échappé. Элементы историко- бытового танца. Pas elewe вперед, назад Первая часть шага «польки» Вторая часть шага «польки» Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
53.	14.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Por de bras назад из V позиции (лицом к станку) Battement tendu jete в сторону по I позиции со сгибом подъема рабочей ноги. Battements relevés lents лицом к станку, боком у станка Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку) <u>Exercise на середине:</u> Battements relevés lent на 90⁰ во всех направлениях. Rond de jambe en liar – подготовительное Grand battements jete из I позиции в первоначальной раскладке. <i>Allegro:</i> Pas echarpe по II позиции. Pas assemble в сторону – подготовка.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

54.	18.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Комплекс упражнений Укрепление мышц спины, Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника. Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы. Работа над выворотностью стопы. Растяжка паха, внутренней части бедер Укрепление мышц спины, Формирование правильной осанки, Упражнения для улучшения гибкости позвоночника. Элементы детского танца. Музыкально-ритмические движения Шаг подскок с высоко подтянутым коленом Постановочная и репетиционная работа (по учебно-календарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
55.	21.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка</u> Battement releve lent на 45⁰ и 90⁰ Battements frappés в сторону носком в пол Grands pliés по I, II, III позиции Battements relevés lents на 45 из V позиции <u>Exercise на середине:</u> Grands pliés по I позиции Battement tendu из V позиции с demi plie; I, II, III arabesques (носком в пол). Relevés по I, II позициям <u>Allegro:</u> Temps saute по I, II, V позициям. Changement de pied Pas echappe по II позиции. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

56.	25.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Exercise у станка:</i> Battements tendus jete с pique. Battements frappés в сторону, вперед и назад на 45° Battements relevés lents на 45 из V позиции, Battement fondus 45°</p> <p><i>Exercise на середине:</i> I, II, III arabesques (носком в пол). Первое, второе, третьерport de bras Grand battements jete из I позиции в сторону</p> <p><i>Allegro:</i> Pas valse en tournant Temps saute по I, II, V позициям Танцевальная комбинация.</p> <p>Элементы историко-бытового танца. Pas elewe вперед, назад Скользящий шаг вперед, с переходом на полупальцы.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
57.	28.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы Медленный подъем ноги в выворотном положении. Медленный подъем ноги в выворотном положении. Наклоны корпуса – «пружинка» Упражнения для развития и укрепления выносливости. Упражнения со скакалкой. Групповые упражнения. Упражнения для рук, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений.</p> <p>Элементы детского современного танца. Выпады вперед, в сторону; Прыжки по I, II, VI позициям ног. Музыкально-ритмические движения:</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Постановочная и репетиционная работа.		
58.	01.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans(учебное) Battement soutenus вперед, в сторону Маленькие позы на plie. Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на полупальцах и с demi-plie). <u>Exercice на середине:</u> Demi-plies по I позиции Battement tendu из V позиции Battements frappes носком в пол. Маленькие позы на plie. Relevés по I, II, V позиции с вытянутых ног, с demi plie. <i>Allegro</i> Прыжок sote по VI позиции. Прыжки по I позиции с сокращенными стопами	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
59.	04.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercice у станка:</u> Petitsbattements sur le sou-de-pied (перенос стопы равномерный). Battement soutenus вперед, в сторону Маленькие позы на plie. <u>Exercice на середине:</u> Battements tendus plies Battement soutenus вперед, в сторону Маленькие позы на plie. <i>Allegro</i> Temps leve saute по I, II позициям; Шаг польки. Трамплинные прыжки. Переступания на полупальцах на месте и с продвижением в сторону. Медленный шаг с подъёмом ноги на 45°вперед, назад	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				По диагонали вращение «Куколки» - шанэ Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)		
60.	08.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battements frappés носком в пол Battements relevés lents на 90° во всех направлениях. Элементарное adagio <u>Exercise на середине:</u> Battement soutenus назад Battements relevés lents на 45° во всех направлениях. <i>Allegro.</i> Temps saute по I, II, V позициям. Changement de pieds. Pas echarpe по II позиции. Pas balance. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
61.	11.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Grand plie I – II позициям Battement tendu jete Battements fondus в сторону, вперед и назад на 45°. Relevé на полупальцах по I, II и V позициям <u>Exercise на середине:</u> Battement tendu jete Battements relevés lents на 45° во всех направлениях. II форма por de bras. <i>Allegro:</i> Прыжки по VI позиции; Прыжки по I позиции с сокращенными стопами Подготовка к pas balance. Элементы историко-бытового танца	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>I, II, III, IV формы pas chassé (с поворотом вправо и влево) Pas balancé: с небольшим продвижением вперед и назад. С поворотом на 90° и 180° Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
62.	15.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Упражнения для стоп: круговое вращение стоп (веер); Упражнения для втягивания коленей; Сокращение стоп; Держась руками за пальцы и потянуть на себя (пятки от пола оторвать) Укрепление мышц спины, Работа над выворотностью стопы. Парные упражнения на натянутость коленей Элементы детского танца. Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок и на каблук. Сочетание прыжков с другими движениями. Подскоки на месте и с продвижением. Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками Беседа. «О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
63.	18.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercice у станка</u> Движения на полупальцах лицом к станку: Grand plié по I, II и V позициям: Battement tendu jete balancoire <u>Exercice на середине:</u> Grand plie I – II позициям Battement tendus jete Relevés на полупальцы в I, II и V позициях I, II форма por de bras. III форма por de bras.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Allegro:</i> Temps leve saute по I, II, III позиции Changement de pieds Комбинация на pas balanse Элементы актёрского мастерства. Развитие воображения, эмоциональной памяти, наблюдательности. Составление музыкальных образов и композиций.</p>		
64.	22.04.24.	Теория, практика беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Relevé по I, II, III позиции - лицом к станку: Préparation к rond de jambe par terre en dehors et en dedans Battements releves lents на 90° V позиций вперед, в сторону, назад. <u>Exercise на середине:</u> Battements tendus с demi-plies Temps lie par terre вперед и назад. Battement tendus jete <i>Allegro</i> Подготовка к pas balanse. Temps leve saute по I, II, III позиции Pas польки. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
65.	25.04.24.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battement tendu jete balancoire <u>Exercise на середине:</u> Pas balancé: с небольшим продвижением вперед и назад. С поворотом на 90° и 180°. Pas elewe вперёд, назад. Скользящий шаг вперёд. <i>Allegro:</i> Temps leve saute по I, II позициям;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Шаг польки. Трамплинные прыжки. Pas echange по II позиции. Pas assemble в сторону Подготовка к зачётной промежуточной аттестации.		
66.	29.04.24.	Теория практика, беседы.	2	Промежуточная аттестация в конце учебного года.	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
67.	02.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Battements relevés lents на 45° из V позиции <u>Exercise на середине:</u> Маленькое adagio. Temps lie par terre вперед и назад. <i>Allegro:</i> Переступания на полупальцах на месте и с продвижением в сторону. Медленный шаг с подъёмом ноги на 45°вперёд, назад. Комбинации из прыжков и танцевального бега Повороты в V позиции на полупальцах. Шаги с поворотами по V позиции. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
68.	06.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Relevé по I, II, III позиции Grands battements jeté из V позиций Battement tendu с demi-plié Pas assemble - лицом к станку <u>Exercise на середине:</u> Вращения и прыжки по диагонали Комбинация на pas balanse <i>Allegro:</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Changement de pieds. Pas echappe Pas assemble в сторону- с подготовкой.</p>		
69	13.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Полуповороты в V позицию с переменной ног на полупальцах: Bettement tendu avec demi-plie Battements tendus plie-soutenus вперед, в сторону, назад. <u>Exercise на середине:</u> Маленькое adagio. Pas de bourree – подготовка. Pas de bourree - в комбинации с поворотами и позами. <i>Allegro:</i> Petit changement de pied. Подготовка к pas balance. Комбинации из прыжков и танцевального бега Элементы историко-бытового танца: Скользящий шаг вперед. - «Конькобежцы» Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
70.	16.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Rond de jambe par terre en dehors, en dedans Battement tendu с demi-plie по V позиции <u>Exercise на середине:</u> Temps lie par terre вперед и назад. <i>Allegro:</i> Комбинации из прыжков и танцевального бега Полуповороты на двух ногах Элементы историко-бытового танца: Повороты в V позиции на полупальцах двух ног. Беседа. <i>Балет «Щелкунчик»</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

71.	20.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика. Упражнения со скакалкой. Упражнения для развития и укрепления выносливости. Наклоны корпуса – «пружинка» Растяжка мышц ног, корпуса. Медленный подъём ноги в выворотном положении. Элементы детского танца. Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, На двух ногах, с ноги на ногу, Сочетание подскоков с другими движениями и ритмическими хлопками;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
72.	23.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Полуповороты demi-plié в V позицию. Battement tendu с demi-plié по V позиции Battements relevés lents на 45° из V позиции <u>Exercise на середине:</u> Позы (носком в пол) – croisee et effacee. Перегибы корпуса в сторону с движением рук. Allegro: Pas echange по II позиции. Pas assemble в сторону. Pas glissade в сторону на полупальцы</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
73.	27.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца. <u>Exercise у станка:</u> Releve на полупальцы в IV позиции - лицом к станку: Grand plie I – II - V позициям Battement tendu jete balancoire Rond de jambe par terre en dehors, en dedans Battements relevé lent на 90° <u>Exercise на середине:</u> Grand battements jetes с V позиций вперед, в сторону, назад. Позы (носком в пол) – croisee et effacee. Перегибы корпуса в сторону с движением рук.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Allegro:</i> Pas echange в повороте; с паузой, по точкам. Элементы актёрского мастерства. Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве</p>		
74.	30.05.24.	Теория, практика, беседы.		<p>Партерная гимнастика. Упражнения для развития и укрепления выносливости. Прыжковые упражнения и движения. Прыжки на месте, с продвижением вперед, назад, в сторону, На двух ногах, С ноги на ногу, В поворотах, Отбрасывание ног назад; Вынос вытянутой ноги вперед в сторону на носок, Сочетание прыжков с другими движениями; Задание на летний период.</p>		

				<p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Preparation для рук;</p> <p>Plie grand plies I, II, V позициям;</p> <p>Battement tendu pour le pied;</p> <p>Battement tendu jete и battement pigue;</p> <p>Preparation к round de jambe par terre;</p> <p>Round de jambe с passe par terre;</p> <p>Preparation к положению ноги – sur le cou de pieds;</p>		
2.	07.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Постановка корпуса боком к станку в сочетании с port de bras</p> <p>Plie grand plies I, II, V позициям;</p> <p>Battement tendu pour le pied double battement tendu;</p> <p>Relevés по I, II, V позициям: с вытянутых ног, с demi plie.</p> <p>Temps levés sautés в I и II позиции -лицом к станку,</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Port de bras:</p> <p>Первое и третье в сочетании с другими упражнениями.</p> <p>Постановка корпуса в выворотных позициях</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Pas echange с паузой</p> <p>Трамплинные прыжки.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

3.	11.09.23.	Теория, практика, беседы	4	<p>Элементы классического танца. <u>Eksersice у станка:</u> Battements tendus из Ic demi-plies. Grand plies no I, II позиции.</p> <p>Battements tendus из V позиции.</p> <p>Battements tendus pour le pled в сторону;</p> <p>Проработка положения ноги на щиколотке</p> <p>Temps levés sautés в I позиции</p> <p><u>Eksersice на середине</u></p> <p>Постановка корпуса в выворотных позициях ног</p> <p>Танцевальные элементы: Шаг с plie; Pas полонеза; Pas польки.</p> <p><u>Allegro:</u> Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, на середине.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
4.	14.09.23.	Теория, практика, беседы	5	<p>Элементы классического танца. <u>Eksersice с у станка:</u> Battement tendus jete из V позиции во всех направлениях: Battements tendus jete с pique.</p> <p>Повторение упражнений изученных ранее (в чистом виде)</p> <p><u>Eksersice на середине:</u> Port de bras: первое, второе, третье, подготовительное. Постановка корпуса в epaulements</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u>Allegro:</u> Прыжки по VI позиции Pas de bourre без перемены ног Полуповорот на двух ногах Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
5.	18.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца <u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Preparation для rond de jambe par terre en dehors, en dedans. Battements releves lent на 90⁰ во всех направлениях. Grand battements jete из I позиции во всех направлениях.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Demi-plies в I, II, III, V позициях. Первое и третье port de bras: Положения рук- allonge</p> <p><u>Allegro:</u> Changement de pieds Беседа. «О классическом танце» Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
6.	21.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Eksercice у станка:</u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Grand plies по I, II, III и V позициям.</p> <p>Battements tendus: по V позиции в сторону, вперед, назад;</p> <p>Battements tendus por le pied во II позиции;</p> <p>Plie- soutenus по V позиции</p> <p><u>Eksercice na seredine:</u></p> <p>Pas balance – в комбинации с другими движениями.</p> <p>Танцевальные шаги в характере польки.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Temps leve по I свободной позиции.</p> <p>Pas de bourrée.</p> <p>Pas balansua</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Этюдная форма работы.</p>		
7.	25.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Работа над выворотностью стопы из разных позиций и положений ног и корпуса.</p> <p>Вытягивание подъёма стоп по VI и I позиции.</p> <p>Упражнения со скакалкой.</p> <p>Элементы детского танца.</p> <p>Шаг с координацией рук и ног.</p> <p>Шаг с остановкой</p> <p>Шаг с приставным шагом.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Шаг на пятках и на носках, не сгибая колени.</p> <p>Шаги вперед и назад</p> <p>Шаги с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.</p> <p>Шаг с движениями рук</p> <p>Бег на носках мелкими шагами</p> <p>Бег с хлопками.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
8.	28.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Por le pied во II позиции - лицом к станку</p> <p>Grand plies по I, II, III, V позициям.</p> <p>Battements tendus</p> <p>Battements tendus jetes piques.</p> <p>Проработка положения ноги на щиколотке</p> <p>Round de jambe с перегибами корпуса passé par-terre</p> <p><u><i>Eksersice с на середине:</i></u></p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку</p> <p>Подготовительные движения рук – préparations.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Temps leve saute по I, II, V позициям.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Petit changement de pied.</p> <p>Вращения на месте.</p> <p>Шаг польки с продвижением вперед</p>		
9.	02.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса – комплекс упражнений.</p> <p>Медленный подъем ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p><i>Упражнения с предметами</i></p> <p>Шаги под музыку – в темпе и ритме музыки</p> <p>Шаги с координацией рук и ног. Шаги с остановкой</p> <p>Шаги с приставным шагом. Шаги с движениями рук</p> <p>Шаги на пятках и на носках, не сгибая колени.</p> <p>Шаги вперед и назад. Шаги с движениями рук</p> <p>Шаги с высоким подниманием колен и легкий бег на носках.</p> <p>Бег на носках мелкими шагами</p> <p>Бег с хлопками.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

10.	05.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battements tendus: из I позиции во все направления</p> <p>Preparation к положению ноги – sur le cou de pieds;</p> <p>Petit battement sur le cou de pied лицом к станку;</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Preparation для рук;</p> <p>Plie grand plies I, II, V позициям;</p> <p>Battement tendu pour le pied double battement tendu</p> <p>Простейшие формы pas chassé.</p> <p>Основы вращения на месте (понятие «точки»)</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Temps leve по I свободной позиции.</p> <p>Pas de bourrée suivi</p> <p>Шаг польки с продвижением вперед, назад</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
11.	09.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Round de jambe en lier - подготовка</p> <p>Battement frappe double frappes 25°</p> <p>Battement fondu 45°</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Preparation к положению ноги – sur le cou de pieds;</p> <p><i>Allegro:</i> Pas echappe по II позиции на середине лицом к станку. Pas assemble лицом к станку, на середине. <i>Упражнения на полупальцах:</i> Releve на полупальцы – I позиции лицом к станку, на середине</p> <p>Беседа. «О классическом танце»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
12.	12.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksercice у станка:</i></p> <p>Battement tendu jete и battement piques</p> <p>Preparation к round de jambe par terre; Demi-plies по I, II позициям. Battements tendus из I позиции с demi-plies. Round de jambe с passe par terre;</p> <p>Port de bras - I, II III форма</p> <p><i>Eksercice с на середине:</i></p> <p>Port de bras для рук и головы- <i>маленькое адажио</i></p> <p><i>Allegro:</i> Saute;</p> <p>Changement de pieds;</p> <p>Pas польки en face и épaulement</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Эмоциональное исполнение танцевальных номеров в репетиционной работе.</p>		
13.	16.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Port de bras корпусом I, II, III форма</p> <p>Упражнения для улучшения гибкости шеи.</p> <p>Упражнения для улучшения эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов.</p> <p>Упражнения для улучшения подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья.</p> <p>Упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника</p> <p>Упражнения для исправления осанки.</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Эмоциональное исполнение танцевальных номеров в репетиционной работе.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
14.	19.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Preparation для rond de jambe par terre en dehors en dedans.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans:</p> <p>Passe par terre: с demi-plies по I позиции,</p> <p>Положение sur le cou-de-pied: спереди, сзади, условное.</p> <p>Petits battement sur le cou-de-pied на всей стопе, равномерно</p> <p>Battement retire из V: до положения sur le cou-de-pied; - до 90°</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou-de-pied Temps lie par terre вперед и назад.</p> <p>Pas de bourre simple с переменной ног.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps leve по I, II, V позициям.</p> <p>Plie- relewe с движением рук.</p> <p>Pas courru по прямой, по диагонали.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
15.	23.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksercice у станка:</i></p> <p>Grand plie I, II, V позициям.</p> <p>Battements tendus jeté с сокращением (flex) стопы работающей ноги на высоте 25° в сторону, вперед и назад.</p> <p>Положение ноги sur le cou-de-pied «условное» для battements fondus</p> <p>Round de jambe en lier- подготовка</p> <p>Battement frappe double frappes 25°</p> <p>Port de bras – I II III, форма</p> <p>Arabesque - I, II, III, IV.</p> <p><i>Eksercice на середине:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements fondus носком в пол во всех направлениях</p> <p>Подготовка к pas assemble (с паузой).</p> <p>Элементы историко-бытового танца.</p> <p>Галоп по VI и по III свободным позициям.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
16.	26.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battements fondus носком в пол в сторону: боком к станку,</p> <p>Grand plie в I позиции.</p> <p>Passe par terre: по I позиции с окончанием в demi-plies.</p> <p>Battement frappe par terre в сторону, вперёд, назад.</p> <p>Battements doubles frappes в пол, на 25°.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Por de bras с наклоном корпуса вперёд, в сторону.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Saute;</p> <p>Changement de pieds;</p> <p>Echappe</p> <p>Pas assemble в сторону.</p> <p>Petits changement de pieds en tournant на ¼, ½.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

17.	30.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика. . Пружинка» – приседания с наклоном и разворотом,</p> <p>Партерная гимнастика – упражнения на полу - для стопы, для ног (сгибания, разгибания, махи);</p> <p>Упражнения на укрепление мышц бедра.</p> <p>Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на укрепление брюшного пресса.</p> <p>Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.</p> <p>Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов.</p> <p>Упражнения у палки для растяжки и формирования танцевального шага.</p> <p>Упражнения для исправления осанки.</p> <p>Беседа.</p> <p>«О значении партерной гимнастики в хореографии» Постановочна и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
18	02.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battement frappe double frappes 25°</p> <p>Battement fondu 45°</p> <p>Petit battement sur le cou de pieds с паузой впереди и сзади</p> <p>Battement releve lent на 25°, 45°, 90°</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battement developpe в сторону.</p> <p><u>Eksersice на середине:</u></p> <p>Позы croisee, effacee, ecarte</p> <p>Adagio и плавные броски 45° -60°- 90°</p> <p>Temps lie в пол, на 45°</p> <p>Arabesque I, II, III, IV</p> <p>Por de bras с наклоном корпуса вперёд, в сторону</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Changement de pieds;</p> <p>Echappe</p> <p>Трамплинные прыжки</p>		
19	06.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на выработку силы ноги, закрепление мышц пресса.</p> <p>Полуповороты в V позицию с переменной ног на полупальцах: Дemi-plié в V позиции, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в demi-plié; Дemi-plié в V позицию, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в V позицию на вытянутых ногах.</p> <p>Изучение правильной постановки ноги и подъёма ноги на 45°</p> <p>Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Упражнения с предметами</i></p> <p>Танцевальный шаг под музыку – в темпе и ритме музыки</p> <p>Танцевальный шаг с координацией рук и ног.</p> <p>Танцевальный шаг с остановкой</p> <p>Танцевальный шаг с приставным шагом.</p> <p>Танцевальный шаг на пятках и на носках, не сгибая колени.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
20.	09.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Petitsbattements sur le cou-de-pied без акцента.</p> <p>Grand battements jetes в сторону, вперёд, назад с I и V позиций.</p> <p>Battement retire положение passé открытое 90°</p> <p>Battement developpe в сторону.</p> <p>Releve на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi – plie.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Préparation к rond de jambe par terre en dehors et en dedans.</p> <p>Adagio и плавные броски 45°- 60°- 90°</p> <p>Temps lie в пол, на 45°</p> <p>Arabesque I, II, III, IV</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u>Allegro:</u></p> <p>Трамплинные прыжки во II свободной позиции, с поджатыми ногами и сокращенными стопами</p> <p>Вращения.</p> <p>«Лягушка» - лицом к станку, затем на середине зала.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
21.	13.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика</p> <p>Танцевальный с высоким подниманием колен и легкий бег на носках. Бег на носках мелкими шагами. Бег с хлопками.</p> <p>«Пружинка» – приседания с наклоном и разворотом, без приседания</p> <p>Упражнения в партере:</p> <p>Для стопы, для ног (сгибания, разгибания, махи);</p> <p>Упражнения на развитие выворотности паха и танцевального шага.</p> <p>Упражнения на развитие подвижности коленного и тазобедренного суставов.</p> <p>Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо, широко в сторону).</p> <p>Умение правильно держать спину при наклонах.</p> <p>Упражнения для растяжки, формирования танцевального шага.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Элементы детского современного танца:</p> <p>Прыжки, бег в различных комбинациях, подскоки.</p>		
22.	16.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u> Battements tendus jeté с demi-plié в V позиции Releve на п/п в I п., II, V.</p> <p>Перегибы корпуса в I п. лицом к станку</p> <p>Battements tendus jeté с сокращением (flex) стопы работающей ноги на высоте 25° в сторону, вперед и назад.</p> <p>Battement releve lent на 45°- 60° в сторону из I позиции.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u> Demi-plies по V и IV позициям epaulement. Grand plies по I, II en face, по V позиции en face et epaulement. Battements tendus: V позиции, demi-plie, с plie soutenus.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Прыжки с отведением ноги в сторону на носочек</p> <p>Прыжки с поворотом на 90°, 180°, 360° Saute</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
23.	20.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u> Passe par terre: с demi с окончанием в demi-plies. Battement tentu jete Rondde jambe par terre en dehors</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Sur le cou-de-pied(обхватное). Sur le cou-de-pied(основное). Petit battement sur le cou de pied лицом к станку;</p> <p>Battements tendus jeté с сокращением (flex) стопы работающей ноги на высоте 25° в сторону, вперед и назад.</p> <p>Battement developpe 60°- 90°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u> Изучение, закрепление направлений в танце -8 точек зала.</p> <p>Battements releves lents на 45°</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Sissonne simple en face. Pas glissade в сторону. Pas balance.</p> <p><i>Элементы историко-бытового танца:</i></p> <p>Pas de grasse.</p> <p>Подготовка к pas assemble на полупальцы в сторону.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
24.	23.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement retiré</p> <p>Round de jambe en lier - подготовка</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battement developpe 60°- 90°</p> <p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u></p> <p>Grand battement jete (широкие)</p> <p>Temps lie в пол, на 45°</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Трамплинные прыжки во II свободной позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами</p> <p>Шаг – перескок с высоко поднятыми коленями</p> <p>Танцевальные шаги по диагонали класса.</p> <p><i>Беседа.</i></p> <p>«Правила поведения во время концерта и во время исполнения танцевального номера»</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
25	27.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Работа стопы и коленного сустава</p> <p>Приседы на подъеме из положения, сидя на коленях</p> <p>Упражнения в паре, для растяжки спины.</p> <p>Port de bras корпусом</p> <p>Полуповороты в V позицию с переменной ног на полупальцах:</p> <p>Demi-plié в V позиции, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в demi-plié;</p> <p>Demi-plié в V позицию, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в V позицию на вытянутых ногах.</p> <p>Passe – из положения: на животе, на спине, на боку</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Releve lent- из положения: на животе, на спине, на боку</p> <p>Умение правильно держать спину при исполнении движения для стоп, а также, наклонах корпуса вниз, назад,</p> <p>Элементы детского танца:</p> <p>Подготовка к pas assemble на полупальцы в сторону</p> <p>Танцевальный шаг под музыку – в темпе и ритме музыки с координацией рук и ног.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
26	30.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exersice у станка:</u></p> <p>Изучение, закрепление IV позиции ног</p> <p>Releve lent из I позиции во всех направлениях</p> <p>Battements fondus в сторону на 45°.</p> <p><u>Exersice на середине:</u></p> <p>Позы croisee, effacee – малые вперёд, назад - носком в пол</p> <p>Releve на п/п в I, V позиций.</p> <p>Grand battements jetes в сторону, вперёд, назад с I позиции.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами «Лягушка» – лицом к станку, на середине зала.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Ras польки.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
27	04.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p>Подготовка к контрольному занятию - правила исполнения</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Упражнения и комбинации, проученные за 1-ое полугодие.</p> <p>Preparation.</p> <p>Изучение, закрепление IV позиции ног</p> <p>Releve lent из I позиции во всех направлениях</p> <p>Положение ноги с обхватом щиколотки</p> <p>Battement frappe</p> <p>Battement releve lent, passe</p> <p>Temps leve по I, II, V позициям.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battement releve lent на 45°</p> <p>Маленькое adagio - из V позиции croisee, effacee</p> <p><i>Упражнения для развития гибкости и пластичности рук</i></p> <p>Координация ног, рук и головы – temps relevé par terre.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Вращения, прыжки.</p> <p>Chene</p> <p>Soutenu</p> <p>Подготовка к pas assemble</p> <p>Беседа</p> <p>«Правила поведения во время проведения генеральной репетиции»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
28	07.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная гимнастика.</p> <p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения для развития выворотности ног</p> <p>Упражнение для развития танцевального шага.</p> <p>Упражнение «бабочка» - умение растягивать мышцы паха</p> <p>Отработка силы маха ноги.</p> <p><i>Упражнения для развития гибкости и пластичности рук.</i></p> <p>Элементы детского танца.</p> <p>Шаг польки вперёд</p> <p>Шаг польки в сторону.</p> <p>Длинные скользящие шаги.</p> <p>Беседа</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				«О классическом танце» <i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
29	11.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Ekserise y stanke:</i></p> <p>Подготовка к контрольному занятию — упражнения у станка в комбинациях</p> <p><i>Ekserise na seredine:</i></p> <p>Plie releve</p> <p>Battement tendu</p> <p>Reparation к танцевальным комбинациям.</p> <p>Grand battement jete</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Вращения, прыжки.</p> <p>Pas jete</p> <p>Pas glissade</p> <p>Pas balance</p> <p>Soute по II позиции - лицом к станку</p> <p>Беседа-урок.</p> <p>«Терминология названий движений в классическом танце»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Отработка элементов, движений у станка и на середине, проученных за I полугодие.		
30	14.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<i>Промежуточная аттестация в середине учебного года</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
31	18.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Demi-pliés в V позиции.</p> <p>Battement tendu pour le pied на II п. на demi plie.</p> <p>Battement tendu jete (с сокращением стопы) на 25°</p> <p>Demi rond de jambe par terre -demi-pliés</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Epaulement en face, en croisee.</p> <p>I, II, III arabesques: -battement tendu</p> <p>Temps lié par terre.</p> <p>Port de bras</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps leve sauté I, II, IV, V позициям.</p> <p>Temps levé по I, II и V позициям.</p> <p>Changement de pied.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

32	21.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu pour le pied на II п. на demi plie.</p> <p>Battement tendu jete (с сокращением стопы) на 25°</p> <p>Battement frappe на 45°</p> <p>Tournant в V позиции к палке.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Третье port de bras в сочетании с rond de jambe par terre.</p> <p>Tombée и couré на всю стопу и на полупальцы</p> <p>Épaulement croisé Épaulement effacé</p> <p>Вращения, прыжки.</p> <p>Pas jete по 6-ой позиции</p> <p>Pas glissade в сторону</p> <p>Pas balance</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
33	25.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p><u><i>Упражнения для корпуса:</i></u></p> <p>Наклоны. Повороты. Круговые вращения.</p> <p>Упражнения для исправления осанки.</p> <p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения для пресса;</p> <p>Упражнения для развития силы маха ноги-</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Grand battement jete - поочерёдные махи на 45°-90° в положении лёжа на животе, на боку.</p> <p>Отработка силы маха ноги.</p> <p>Парные растяжки.</p> <p>Элементы детского танца: Круг, полукруг, два круга Колонна по одному, по два, по четыре, шеренга Цепочка, змейка, круг, звездочка, шахматное построение колонны Круг в круге, корзиночка Воротца, карусель Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
34	28.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Положение ноги sur le cou-de-pied, вперед, назад</p> <p>Battement releve lent на 45°- 60°</p> <p>Battement fondu на 45°</p> <p>Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Épaulemént croisé, epaulemént effacé носком в пол</p> <p>Pas de bouerre suivi</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Группа маленьких прыжков</p> <p>Échappé. Assemblé в сторону. Трамплинные прыжки. Port de bras (формы)</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
35	11.01.24	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Port de bras боком к станку.</p> <p>Grand battement jete</p> <p>Battement developpe вперед, в сторону, назад.</p> <p>Battement developpe passe</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Pas balance в сторону через плие на полупальцы</p> <p><u>Упражнения на полупальцах:</u></p> <p>Releve на полупальцы лицом к станку, на середине</p> <p>Temps saute по V позиции лицом к палке, на середине</p> <p>Changement de pied лицом к станку, на середине</p> <p>Pas echappe лицом к станку, на середине</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
36	15.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i> Упражнение на исправление осанки. Упражнения на полу - для стопы, Для ног - сгибания, разгибания, махи; Комплекс упражнений, способствующий правильному формированию осанки. Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо; ноги широко в сторону) Отрабатывать умение правильно держать спину при наклонах. Отрабатывать умения растяжки Растяжка ног (вперёд, в сторону), развивать и воспитывать умению правильной растяжке мышц ног, Закрепление навыков умения растягиваться</p> <p><i>Элементы детского танца.</i> Изучение положения работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (sou de pied), икроножной мышцы и колена. Passe en facee.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i> «Актёрское оживление танцевального движения»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

37	18.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battement tendu jete и battement pice</p> <p>Подготовительное rond de jambe en liar</p> <p>Pas tombe в V</p> <p>Pas coupe на на всей стопе, на п/п.</p> <p>III por de bras с наклоном корпуса к станку от станка, а также вперёд(комбинация)</p> <p><u>Eksercice с на середине:</u></p> <p>Медленные повороты с ногой носком в пол, с ногой, открытой на 25°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Вращения, прыжки.</p> <p>Chene, Soutenu, Pas jete</p> <p>Pas glissade, Changement de pieds</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
38	22.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battements tendus jetés pigue</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

			<p>Полуповороты в V позиции на полупальцах</p> <p><i>Exersice с на середине:</i></p> <p>Battements tendus из I и V позиции в сторону,</p> <p>Полуповороты в V позиции на полупальцах 90°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Jeté в сторону. Sissonne simple. Temps levé sauté. по I, II, V позициям.</p> <p>Pas balance на месте движений и поз рук- комбинация.</p> <p>Элементы историко-бытового танца.</p> <p>Pas chasse вперёд</p> <p><i>Тема «Вальс»</i></p> <p>Вальсовые шаги и повороты без рук</p> <p>Вальсовые повороты</p> <p>Pas elewe вперёд, назад</p> <p>Скользящий шаг вперёд.</p> <p>Pas chasse вперёд</p> <p>Беседа.</p> <p><i>«Как правильно здороваться»</i></p>		
--	--	--	--	--	--

39.	25.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exersice у станка:</u></p> <p>Petit battements sur le cou-de-pied</p> <p>Battement soutenus вперед, в сторону</p> <p>Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés.</p> <p>Passe 90° I позиции.</p> <p>Pas de bourre с переменной ног (лицом к станку).</p> <p><u>Exersice на середине:</u></p> <p>Epaulemént effacé V поз., Epaulement croisee. V поз.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Sissonne simple. Pas balancé.</p> <p>Temps levé sauté. по I, II, V позициям</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Художественно-образная информация</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
40.	29.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Упражнения для исправления осанки.</p> <p>Прыжки со скакалкой.</p> <p>Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.</p> <p>Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.</p> <p>Упражнения на улучшение гибкости позвоночника</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц</p> <p>Упражнения для развития танцевального шага</p> <p>Упражнение на исправление осанки.</p> <p>Укрепление мышц спины,</p> <p>Работа над выворотностью стопы.</p> <p>Упражнения для развития полупальцевой техники.</p> <p>Парные упражнения на натянутость коленей</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i></p> <p>Художественно-образная информация</p>		
41.	01.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu retire</p> <p>Battements fondus в сторону носком в пол.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p><u>Por de bra для рук-</u> плавное раскрытие рук, переход из одной позиции в другую в epaulemént croisé</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas écharré. из V позиции во II позицию с паузой</p> <p>Pas jete</p> <p>Подготовка к pas assamble в сторону, вперёд</p> <p>Echarré на II позицию с окончанием на одну ногу</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

42.	05.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battement tendu retire</p> <p>Battements fondus в сторону носком в пол.</p> <p>Battement tendu pour le pied;</p> <p>Battement tendu jete и battement pique</p> <p>Battements relevés lents на 45° из V позиции,</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Позы –I, II, III arabesques (носком в пол).</p> <p>Temps lie par terre.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echarpe из V позиции во II, из II в V.</p> <p>Pas balance</p> <p>Танцевальные соединения.</p> <p>Chene – вдоль станка</p> <p>Постановочная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
43.	08.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battement tendu pour le pied;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements relevés lents на 45° из V позиции</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Закрепление медленного шага с подъёмом ноги на 45°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echarpe из V позиции во II, из II в V.</p> <p>Pas balance</p> <p>Pas de basque (сценическая форма).</p> <p>Sissonne simpl et pas assemble –лицом к станку.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
44.	12.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка</i></u></p> <p>Battements relevés lents на 45° из V позиции</p> <p>Round de jambe par terre en dehors tt tn dedans</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Round de jambe en liar (учебное)</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echarpe из V позиции во II, из II в V.</p> <p>Pas balance</p> <p>Pas польки.</p> <p>Танцевальные соединения.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Echappé на II позицию с окончанием на одну ногу - лицом к станку</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
45.	15.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку</p> <p><u>Eksersice с на середине:</u></p> <p>Изучение медленного шага с подъёмом ноги на 45°</p> <p>1-ый, 2-ой, 3-ий arabesques носком в пол на 35°</p> <p>Temps lie par terre.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echappe из V позиции во II, из II в V.</p> <p>Pas balance</p> <p>Petit pas chassé вперед на effacé с окончанием в V позицию</p> <p>Pas польки.</p> <p>Танцевальные соединения</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
46.	19.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Battements tendus jetes: balancoir;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Piques в сторону, вперед, назад.</p> <p>В больших и маленьких позах.</p> <p>Round de jambe (к себе, от себя) с перегибами корпуса</p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку</p> <p><u>Eksersice с на середине:</u></p> <p>Battements tendus:</p> <p>Battements tendus jetes: piques.</p> <p><i>Allegro</i></p> <p>Трамплинные прыжки по I позиции</p> <p>Pas de bourrée без перемены ног с открыванием ноги в сторону - носком в пол и на 45°</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
47.	22.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Demi rond de jambe на 45° en dehors et en dedans,</p> <p>Battements soutenus носком в пол и на 45° - en face</p> <p>Battements frappés во всех направлениях.</p> <p><u>Eksersice с на середине:</u></p> <p>Pas piqué fondu с продвижением вперед и назад по диагонали.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de bourrée - ballotté с открыванием ноги вперед и назад - носком в пол и на 45°</p> <p>Pas balance</p> <p>Pas польки.</p> <p>Танцевальные соединения</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
48.	26.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Demi rond de jambe на 45° en dehors et en dedans Battements soutenus носком в пол и на 45° Battements frappés во всех направлениях.</p> <p><u><i>Eksersice с на середине:</i></u> Pas piqué fondu с продвижением вперед и назад по диагонали. <i>Allegro:</i> Pas de bourrée - ballotté с открыванием ноги вперед и назад-носом в пол и на 45°</p> <p>Беседа.</p> <p>«Россия - наша Родина»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
49.	29.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battements tendus:</p> <p>Double - с двойным опусканием пятки во II позицию;</p> <p>Battements fondus:</p> <p>Double на всей стопе и на полупальцах.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u> Attitude, arabesque, battements développés, relevé lent, demi и grand rond de jambe, различные port de bras и связующие Temps lié par terre с перегибом корпуса. Pas balance, Бег на полупальцах - Этюд</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de basque par terre.</p> <p>Soute VI позиции.</p> <p>Элементы актёрского мастерства</p> <p>«Станцуем музыку»</p>		
50.	04.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Pas tombe- носком в пол, на 45°</p> <p>Grands pliés I, II V</p> <p>Plie releve- лицом к станку</p> <p>Battement frappe</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Temps lie par terre носком в пол с наклоном корпуса, на 25°.</p> <p>Pas balance, Бег на полупальцах.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de basque par terre.</p> <p>Soute VI позиции.</p> <p>Echappé на II позицию с окончанием на одну ногу</p> <p>Элементы историко-бытового танца.</p> <p>Pas eleve вперед назад</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
51.	07.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Pas tombe - на месте, с продвижением.</p> <p>Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans.</p> <p>Battements fondus в сторону носком в пол</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Pas valse с продвижением вперед по 6-ой позиции</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de boueire suivi (непрерывный связанный)</p> <p>Assemblé вперед и назад en face</p> <p>Jeté в сторону в маленькие позы (с руками).</p> <p>Беседа.</p> <p>«Правила поведения во время репетиций»</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
52.	11.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Шаг с носка; перестроения</p> <p>Пружинка» – приседания с наклоном и разворотом,</p> <p>Упражнения в партере – для стопы, для ног (сгибания, разгибания, махи);</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Методика обучения равновесия.</p> <p>Растяжка паха, внутренней части бедер</p> <p>Упражнения для развития полупальцевой техники.</p> <p>Парные упражнения на натянутость коленей</p> <p><i>Элементы силовой гимнастики</i></p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Элементы детского танца.</p> <p>Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет.</p> <p>Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Правила поведения во время концерта и во время выступления»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
53.	14.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu jete с паузой balacoire</p> <p>Demi-plié в V позиции, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в demi-plié;</p> <p>Demi-plié в V позицию, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в V позицию на вытянутых ногах.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Por de bras назад из V позиции (лицом к станку)</p> <p>Battements retires, «до колена».</p> <p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u></p> <p>Pas valse с продвижением вперед по 6-ой позиции</p> <p>Por de bras назад из V позиции</p> <p>Battements retirés , «до колена»</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echappe.</p> <p>Pas assemble в сторону</p> <p><i>Элементы историко-бытового танца.</i></p> <p>Pas elewe вперед назад</p> <p>Классические вальсовые повороты.</p> <p><i>Беседа.</i></p> <p>«Классический танец - азбука хореографии».</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
54.	18.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice y stanaka:</i></u></p> <p>Petitsbattements sur le cou-de-pied с акцентом в сторону II позиции.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Por de bras назад из V позиции (лицом к станку)</p> <p>Battement tendu jete retire в сторону по I позиции со сгибом подъёма рабочей ноги.</p> <p>Rond de jambe en liar - подготовительное</p> <p>Battements relevés lents из I, II позиции лицом к станку и боком у станка</p> <p><i><u>Eksersice на середине:</u></i></p> <p>Rond de jambe en liar – подготовка.</p> <p>Полуповороты на п-п-ц en dehors et en dedans на двух ногах.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Sissorme simple en face.</p> <p>Разножка» из I свободной позиции с вытянутыми стопами – лицом к станку, на середине зала</p>		
55.	21.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика</i></p> <p><i>Постановка спины:</i></p> <p>Работа головы при подтянутой спине в положении сидя;</p> <p>Работа стоп в этом же положении.</p> <p><i>Выворотная позиция ног:</i></p> <p>при натянутой и сокращённой стопе;</p> <p>Варианты battment tendus jetes.</p> <p><i>Элементы силовой гимнастики</i></p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Укрепление мышц спины,</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника.</p> <p>«Корзиночка»</p> <p>«Бабочка»</p> <p>«Лягушка»</p> <p>Элементы детского эстрадного танца.</p> <p>Характер музыки; движения головы:</p> <p>повороты налево – направо, вперед – назад, вверх – вниз с различной амплитудой, наклоны вправо-влево; движения рук и кистей; движения плеч и корпуса</p>		
56.	25.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Exersice у станка:</u></p> <p>Grands pliés по I, II, III позиции</p> <p>Demi - rond et rond de jambe на 45° en dehors et en dedans на demi- plie.</p> <p>Petit battements sur le cou-de-pied с акцентом в сторону II позиции.</p> <p>Battements relevés lents</p> <p><u>Экзерсис на середине:</u></p> <p>Battement tendu с demi plie из I, V позиций</p> <p>Battement tendu jete из I, V позиций</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Полуповороты в V п. с переменной ног</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas échappé.</p> <p>Pas valse en tournant.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Международный День танца»</p>		
57.	28.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement fondus 45° с движением руки.</p> <p>Battements tendus-soutenus в сторону, вперед и назад.</p> <p>Полуповороты в V п. с переменной ног (на п/п, на вытянутых ногах, с demi plie).</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battements fondus: en fase и в позах.</p> <p>Demi rond de jambe par terre et préparation et en dedans.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas assemble вперед и назад</p> <p>Pas valse en tournant - Танцевальная комбинация.</p> <p>Элементы историко-бытового танца.</p> <p>Pas elewe вперед назад</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				«Падеграс» <i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
58.	01.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<i>Партерная (балетная) гимнастика.</i> Работа над выворотностью. passes; releves; developpes. Работа над силой ног:(grand battements) во всех направлениях Медленный подъём ноги в выворотном положении. Работа над выворотностью стопы. Растяжка паха, внутренней части бедер <i>Работа над руками:</i> Упражнения, развивающие мышцы и суставно - связочный аппарат рук, кистей, запястий и пальцев. Упражнения для рук, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений. <i>Репетиционная часть занятия.</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
59.	04.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<i>Элементы классического танца.</i> <u><i>Eksersice с у станка:</i></u> Pas tombe на месте, с продвижением в сторону. Battement soutenus вперёд, в сторону Маленькие позы на plie. <u><i>Eksersice на середине:</i></u>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Demi-plies по I позиции</p> <p>Battement tendu из V позиции</p> <p><i>Allegro.</i></p> <p>Pas jete en face.</p> <p>Pas chasse вперед.</p> <p>Медленный шаг с подъёмом ноги на 45° вперед, назад.</p> <p>Танцевальные соединения, комбинации.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
60.	08.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice с у станка:</i></u></p> <p>Battement soutenus вперед, в сторону</p> <p>Маленькие позы на plie.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Demi-plies по I позиции</p> <p>Battement tendu из V позиции</p> <p>Port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie</p> <p><i>Allegro.</i></p> <p>Sissonne simple (без assemble, заканчивая assemble).</p> <p>Sissonne в позу 1-го arabesque</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas jete en face.</p> <p>Pas chasse вперед.</p> <p>Переступания на полупальцах на месте и с продвижением в сторону.</p> <p>Медленный шаг с подъёмом ноги на 45° вперед, назад.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
61.	11.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Ekserise с у станка:</u></p> <p>Подготовка к контрольному занятию - правила исполнения</p> <p>Подготовка к контрольному занятию - упражнения у станка, на середине.</p> <p>Battements relevés lents</p> <p><u>Ekserise на середине:</u></p> <p>Port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie</p> <p>Pas de bourree носком в пол и на 45°</p> <p><i>Allegro.</i></p> <p>Pas jete en face.</p> <p>Pas chasse вперед.</p> <p>Беседа.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				«О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене» <i>Репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
62.	15.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<i>Элементы классического танца.</i> <u><i>Eksersice с у станка:</i></u> Battement soutenus вперед, в сторону Маленькие позы на plie. <u><i>Eksersice на середине:</i></u> Demi-plies по I позиции Battement tendu из V позиции <i>Allegro</i> Petit pas de chat с выбрасыванием ног вперед Pas echange на II п. с окончанием на одну ногу, Pas de bourre suivi в V позиции Pas assemble вперед и назад Pas valse en tournant – Танцевальная комбинация Pas balance Pas польки. Танцевальные соединения <i>Подготовка к промежуточной аттестации. Отработка, закрепление проученного учебного материала.</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

63.	18.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<i>Промежуточная аттестация в конце учебного года</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
64.	22.04.24.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Grand plie I – II позициям</p> <p>Battement tendu jete balancoire</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battement tendus jete</p> <p>Комбинация на pas balanse</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps leve saute по I, II, III позиции</p> <p>Changement de pieds- лицом к станку</p> <p>Petit pas de chat с выбрасыванием ног вперёд</p> <p>Temps saute по V позиции с продвижением вперед, в сторону, назад.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
65.	25.04.24.	Теория, практика,	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

		беседы		<p>Grand plie I – II позициям</p> <p>Battement tendu jete balancoire</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Preparation к комбинациям.</p> <p>Battement tendus jete</p> <p>Комбинация на pas balanse</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Grand changement de pieds.</p> <p>Petit changement de pieds.</p> <p>Temps leve saute по I, II, III позиции</p> <p>Changement de pieds- лицом к станку</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
66.	29.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Движения на полупальцах лицом к станку:</p> <p>Relevé по I, II, III позиции</p> <p>Grand plie I – II –III позициям</p> <p>Battement tendu jete balancoire</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Preparation к комбинациям. Battement tendus jete Комбинация на pas balanse <i>Allegro:</i> Temps leve saute по I, II, III позиции Changement de pieds- лицом к станку, на середине Репетиционная работа (по репертуарному плану)		
67.	02.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Eksercice у станка:</u> Движения на полупальцах лицом к станку: Relevé по I, II, III позиции Grand plie I – II –III позициям Battement tendu jete balancoire <u>Eksercice на середине:</u> Preparation к комбинациям. Battement tendus jete Комбинация на pas balanse <i>Allegro:</i> Temps leve saute по I, II, III позиции	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Changement de pieds- лицом к станку, на середине</p> <p>Репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
68.	06.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Подъём на полупальцы</p> <p>Вытягивание ног в заданном направлении (вперёд, назад, в сторону)</p> <p>Укрепление мышц спины,</p> <p>Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника.</p> <p>Работа над выворотностью стопы.</p> <p>Парные упражнения на натянность коленей</p> <p>Упражнения для развития гибкости корпуса.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса</p> <p>Элементы детского эстрадного танца.</p> <p>Скользящий шаг вперёд.</p> <p>«Конькобежцы»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
69	13.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Rond de jambe par terre en dehors, en dedans</p> <p>Battement tendu с demi-plie по V позиции</p> <p><u>Eksersice на середине:</u></p> <p>Позы (носком в пол) - croisee et effacee.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Перегибы корпуса в сторону с движением рук.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echarpe с паузой, с точками.</p> <p>Вальсовые шаги и повороты без рук</p> <p>Комбинация на pas balanse</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
70.	16.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная гимнастика.</p> <p>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы,</p> <p>Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Упражнения со скакалкой.</p> <p>Упражнения для рук, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений.</p> <p>Парные упражнения</p> <p>Упражнения на гибкость.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Растяжки. Репетиционная работа (по репертуарному плану)		
71.	20.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	Элементы классического танца. <u>Eksercice у станка:</u> Полуповороты в VI позиции на полупальцах по направлению к станку и от станка на вытянутых ногах <u>Eksercice на середине:</u> Battement tendu из V позиции: с опусканием пятки во II позиции. (pour le pied) <i>Allegro:</i> Комбинации из прыжков и танцевального бега Вальсовые шаги и повороты без рук Элементы историко-бытового танца Повороты в V позиции на полупальцах двух ног. Шаги с поворотами по V позиции. Беседа «О правилах поведения во время массовых и концертных выступлений»	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
72.	23.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	Партерная гимнастика.	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Упражнения на укрепление пресса и развития гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на выработку силы ноги, закрепление мышц пресса.</p> <p>Изучение правильной постановки ноги и подъёма ноги на 45°</p> <p>Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Элементы детского эстрадного танца.</p> <p>Прыжки, с отведением ноги на носочек в сторону, вперёд,</p> <p>Выпады.</p> <p>Прыжки в повороте на 90°, 180°, 360°</p>		
73.	27.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Rond de jambe par terre en dehors, en dedans</p> <p>Battement tendu с demi-plie по V позиции</p> <p>Полуповороты в VI позиции на полупальцах 2-х ног по направлению к станку и от станка на вытянутых ногах</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Battement tendu из V позиции: с опусканием пятки во II позиции.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Наклоны корпуса в сторону с движением рук.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echange с паузой, с точками.</p> <p>Полуповороты в VI позиции на полупальцах 2-х ног</p> <p>Шаги с поворотами по V позиции.</p> <p>Элементы историко-бытового танца.</p> <p>Повороты в V позиции на полупальцах двух ног.</p> <p>Шаги с поворотами по V позиции.</p> <p>Полуповороты в VI позиции на полупальцах 2-х ног en dehors</p>		
74.	30.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная гимнастика.</p> <p>Упражнения на укрепление пресса и развития гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на выработку силы ноги</p> <p>Изучение правильной постановки ноги и подъема ноги на 45°</p> <p>Медленный подъем ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Элементы детского эстрадного танца.</p>		

				<p>Прыжки, с отведене5много на носочек в сторону, вперёд, Выпады. Прыжки в повороте на 90°, 180°, 360°</p> <p><i>Задание на летний период.</i></p>		
--	--	--	--	--	--	--

№	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	«Арабеск» Группа № 3 V год обучения 2023-2024 учебный год. 4 часа в неделю: вторник - 16.15-17.00 17.10-17.55.	Место проведения	Форма контроля
---	------	---------------	--------------	--	------------------	----------------

				пятница - 16.25 -17.10 17.20 -18.05 <i>Тема занятия.</i>		
1.	01.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Вводное занятие. Организационное занятие.</i></p> <p>Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности во время занятий.</p> <p>План работы на учебный год, составление расписания.</p> <p>Повторение общих гигиенических правил.</p> <p><i>Беседа.</i> «Внешний вид на занятиях хореографией» <i>Элементы классического танца.</i> <i>Eksercice у станка:</i> Demi-pliés в IV позиции. Battement tendu pour le pied (double tendu) в I позиции <i>Eksercice на середине:</i> Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
2.	05.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i> <i>Eksercice у станка:</i> Battement tendu pour le pied (double tendu) в I позиции с опусканием пятки на II позиции; Battement tendu jete pique из V позиции вперёд, в сторону, назад. <i>Eksercice на середине:</i> Effacee 45° вперёд и назад Поворот на 180°, на 360° <i>Allegro:</i> Pas jete на месте.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas assemble вперёд, pas assemble в сторону</p> <p>Беседа.</p> <p>Значение формы одежды для занятий хореографией</p>		
3.	08.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Battements tendus: double во II позицию; в больших позах; Battements soutenus с подъёмом на п/п на 45° Battements tendus jetes в больших позах.</p> <p>Grand plie по IV позиции.</p> <p>Battements tendus jetes, <u>c demi-plie; epaulement et efface.</u></p> <p><u>Eksersice на середине:</u></p> <p>Battements soutenus носком в пол.</p> <p>Demi rond de jambe и rond de jambe на п/п на 45°</p> <p>Маленькое adagio.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Sissonne simple Sissonne simple pas assemble. Pas de bourre (с переменной ног) Pas de bourre (без перемены ног) Па польки вперед и назад Па польки боковое</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
4.	12.09.23.	Теория, практика, беседы	3	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice с у станка:</u></p> <p>Позиции ног V и IV</p> <p>Grand plie по IV позиции.</p> <p>Позы (носком в пол)- croisee et effacee</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Первый arabesque. Второй arabesque. Третий arabesque <u>Eksersice на середине:</u> Grand plie по IV позиции.</p> <p>Battements soutenus носком в пол.</p> <p>Demi rond de jambe и rond de jambe на п/п на 45°</p> <p>Battements fondus: с plie-releve на п/п; в позах. Закрепление</p> <p><u>Allegro:</u> Pas jete на месте. Pas assemble вперёд, в сторону</p> <p>Беседа. «О классическом танце»</p>		
5.	15.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца <u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Полуповороты в V позиции на полупальцах двух ног по направлению - к станку и от станка на вытянутых ногах.</p> <p>Battement fondu . Battement frappe</p> <p>Battement releve lent Passe</p> <p><u>Eksersice на середине:</u></p> <p>Battements fondus: с plie-releve на п/п; в позах.</p> <p>Erolman croisee 45° вперёд и назад; I - II - III - IV arabesque. Por de bras в IV позиции с наклоном корпуса вперёд и назад</p> <p><u>Allegro:</u> Pas jete на месте. Pas echappe на одну ногу</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas assemble в сторону Pas de bourre (с переменной ног) Pas de bourre (без перемены ног) Па польки вперед и назад Па польки боковое</p>		
6.	19.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i> <u><i>Eksersice у станка:</i></u> Изучение поклона с переходом по IV позиции Battement frappe вперед, в сторону, назад. Petit battement sur le sou-de pied. Полуповорот на двух ногах Полный поворот на двух ногах</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u> Effacee 45°вперед и назад Passe Grand battement jete</p> <p><u><i>Allegro:</i></u> Temps leve. Sissonne simple Pas assemble вперед Pas de bourre (с переменной ног) Pas de bourre (без перемены ног) Формы port de bras</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i> Этюдная форма работы.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
7.	22.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i> Упражнения с предметами (палка, скакалка). Упражнения на натянутость ног и постановку спины:</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе. Вытягивание подъёма стоп по VI и I позиции. Упражнения, способствующие растягиванию ахилловых сухожилий стоп, подколенных мышц и связок. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра.</p> <p><i>Шагаты</i></p> <p>Шагаты продольные</p> <p>Шагат поперечный</p> <p>Элементы эстрадного танца. Вращения по прямой, диагонали с позировкой в конце</p> <p>Репетиционная часть занятия. Подготовка концертных номеров.</p>		
8.	26.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Tombée и couré на всю стопу и на полупальцы – лицом к станку Port de bras с rond de jambe par terre на demi plié. Battement soutenu (в пол, полупальцы)</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u> Первый arabesque Второй arabesque.</p> <p>Третий arabesque</p> <p>Pas de bourre en tournant en dehors, en dedans.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u> Pas assemble вперед Changement de pieds Sissonne simple - боком к палке.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas echarpe Па польки вперед и назад Па польки боковое Репетиционная часть занятия. Подготовка концертных номеров (отработка движений, закрепление рисунка танцевальных постановок)</p>		
9.	29.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца. <u>Eksercice у станка:</u> Rond de jambe par terre en dehors en dedans Rond de jambe par terre на plie. Battement tendu pour le pied (double tendu) в V позиции Tours sur le cou de pied из V позиции. <u>Eksercice на середине</u> Grand plie по IV позиции. Battements soutenus носком в пол. Demi rond de jambe и rond de jambe на п/п на 45° Battements fondus: с plie-releve на п/п; в позах. Вращения на месте <u>Allegro:</u> Sissonne simple pas assemble лицом к палке. Pas assemble назад. Па польки вперед и назад Па польки боковое Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

10.	03.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса.</p> <p>Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса.</p> <p>Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>«Мостик»</p> <p>Ход на мостике вперед руками и ногами.</p> <p>«Переворот»</p> <p>Встать на мостик и перекинуть ноги в исходное положение.</p> <p>«Кувырок»</p> <p>Кувырок вперед, кувырок назад, кувырок в беге.</p> <p>«Стойка на руках»- у стенки, со страховкой; - на середине.</p> <p>«Свечка»</p> <p>«Березка», стойка на лопатках</p> <p><i>Элементы эстрадного танца.</i></p> <p><i>Работа над руками:</i></p> <p>Упражнения для рук, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
11.	06.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Demi rond de jambe на 45° en dehors en dedans</p> <p>Battements fondus с pile - releve в сторону, вперёд, назад.</p> <p>Rond de jambe en lier en dehors en dedans.</p> <p>Battements doubles frappes носком в пол, на 45°</p> <p>Petits battements sur le cou-de-pied с акцентом вперёд и назад</p> <p>Tombee на месте с V позиция</p> <p><u>Eksercice на середине зала:</u></p> <p>Tombee на месте с V позиция</p> <p>Формы port de bras.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Changement de pieds в повороте 45°</p> <p>Pas ballonнеe в сторону</p> <p><u>Упражнения на полупальцах:</u></p> <p>Releve на полупальцы в I, II, V позициях.</p> <p>Pas echarpe на полупальцах.</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Эмоциональное исполнение танцевальных номеров в репетиционной работе.</p>		
12.	10.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Plie - soutenus по V позиции</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battement tendu jete в сторону по I позиции со сгибом подъёма pour de pieds</p> <p><i>Eksercice с на середине:</i> Grand plies по IV позиции en face, epaulement. Battements soutenus. Третье, четвёртое port de bras с подъёмом на полупальцы.</p> <p>Подготовительные упражнения к турам с V позиции.</p> <p><i>Allegro:</i> Changement de pieds в повороте 45°.</p> <p>Pas echappe Pas de bourre (с переменной ног) Pas de bourre (без перемены ног) Постановочная, репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
13.	13.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика. Упражнения в паре, для растяжки спины</p> <p>Упражнения для развития эластичности мышц плечевого пояса</p> <p>Элементы акробатики:</p> <p>«Колесо»</p> <p>Последовательность обучения:- руки сильные, не сгибаются!</p> <p>Поставить руки на пол, перекинуть ноги.</p> <p>«Учимся выпрямлять ноги»</p> <p>Стоя у стенки (с подстраховкой), раскрываем ноги и собираем.</p> <p>Элементы современного танца.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Подъемы и опускания на полупальцы (relevé) в сочетании с plié; Demi и grand plié по параллельным и выворотным позициям; Battement tendu jete по параллельным позициям с вытянутой стопой.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
14.	17.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battements doubles frappes носком, на 45°.</p> <p>Battement developpe вперед и назад.</p> <p>Por de bras на полупальцах.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Grand plies по IV позиции en face Battements tendus jetes; c demi – plies</p> <p>Формы por de bras- с переходами из одной формы в другую.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Echappe на II позицию.</p> <p>Pas glissade в сторону.</p> <p>Pas courru по прямой, по диагонали.</p> <p>Pas de bourre без перемены ног, с открыванием ноги на 45°.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

15.	20.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu с passé par-terre.</p> <p>Por de bras назад из V позиции –лицом, боком к станку</p> <p>Releve lent из I позиции по всех направлениях -лицом и спиной к станку на 45°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>II и IV arabesques носком в пол.</p> <p>Подготовительные упражнения к турам с V позиции с переходом на одну, другая в положении sur le cou de pids.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Pas glissade Temps lie Pas ballonnee (в сторону с подменной ноги)</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
16.	24.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Grand plie- комбинация</p> <p>Battement tendu jete в сторону по I позиции со сгибом подъёма</p> <p>Petit battement sur le cou-de-pied</p> <p>Battement developpe вперёд и назад на 60°</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Crand battements jetes pointes на 90°</p> <p>Pirouette по V и II позициям</p> <p>Por de bras с наклоном корпуса вперёд, в сторону, назад.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans на plie.</p> <p>Позы: ecartee вперёд и назад носком в пол.</p> <p>III port de bras.</p> <p>Temps lie -элементарное adagio</p> <p>Беседа о классическом танце.</p> <p>«История балетной туфельки»</p>		
17.	27.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Упражнения на укрепление мышц бедра.</p> <p>Разработка выворотности, подвижности тазобедренного сустава,</p> <p>Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на укрепление брюшного пресса.</p> <p>Упражнения для развития танцевального шага.</p> <p>Различные варианты растяжек.</p> <p><i>Лягушка»</i> - развитие выворотности.</p> <p>Варианты: -</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>«Лягушка» сложившись: корпус положить вперед на стопы, руки вытянуть вперед, голова смотрит вперед;</p> <p>«Лягушка» на спине: нет прогиба в пояснице, лопатки и руки лежат на полу за счет вытянутости позвоночника;</p> <p>«Лягушка» на животе: стопы держат прижатыми.</p>		
18	31.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Pas tombee на месте и с продвижением Grand battement jete balancoire</p> <p>Rond de jambe en liar с переходом в позы на plie</p> <p>У «станка» - арабеск- I, II, III, IV.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battement tendu в маленьких и больших позах</p> <p>Battements fondus носком в пол, на 45°</p> <p>Battements frappes и double frappes на 45°</p> <p>Battement developpe в сторону</p> <p>Crand battements jetes с V позиции.</p> <p>Relevés на п/п по V позиции с вытянутых ног и с demi- plie.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u> Pas assemble в сторону, вперед, назад</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

19	03.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на укрепление пресса и развития гибкости позвоночника.</p> <p>«Черепашка»</p> <p>«Бабочка»</p> <p>«Лягушка»</p> <p><i>Элементы детского эстрадного танца</i></p> <p>Подъём на полупальцы в I позиции; поочерёдно с двух ног.</p> <p>Tour с V позиции en dehors et en dedans.</p> <p>Pas echappe по II позиции на середине лицом к станку.</p> <p>Pas assemble</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии	Опрос, наблюдение
20.	07.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка</i></u></p> <p>Battements tendus: в маленьких позах на ¼ и затакт;</p> <p>Battements sotenus с подъёмом на п/п носком в пол</p> <p>Battements tendus jetes (на ¼ и затакт):</p> <p>balancoir; в маленьких позах.</p> <p>Demi rond de jambe_на 45° из всех направлений и при переходе из позы в позу.</p> <p>Pirouettes, поворот soutenu на месте и с продвижением</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u><i>Exersice na seredine:</i></u></p> <p>Temps leve с перегибом корпуса</p> <p><i>Allegro:</i> Sissonne simple (без assemble)</p> <p>Pirouettes, поворот soutenu на месте и с продвижением</p>		
21.	10.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на укрепление мышц и развитие эластичности паховой мышцы.</p> <p>Упражнения для развития гибкости плечевого, поясничного суставов и мышц спины.</p> <p><i>Элементы акробатики:</i></p> <p>«Колесо»</p> <p>«Учимся выпрямлять ноги»</p> <p>Стоя у стенки (с подстраховкой), раскрываем ноги и собираем</p> <p><i>Элементы современного танца:</i></p> <p>«Падающие» позы.</p> <p>С продвижением вперед.</p> <p>С продвижением назад.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

22.	14.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksercice у станка:</i></u></p> <p>Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45° en dehors en dedans</p> <p>Battements fondus на п/п; с pile - releve.</p> <p>Battement releve lent 90°, battement developpe.</p> <p><u><i>Eksercice на середине:</i></u></p> <p>Temps leve с перегибом корпуса.</p> <p>Подготовительные упражнения к турам.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas glissade en tournant</p> <p>Pas de bourre dessus</p> <p>Pas de bouree balloted</p> <p>Pas assemble в сторону.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
23.	17.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на развитие выворотности паха и танцевального шага.</p> <p><i>«Ноги вверх»</i> - развивает силу ног, вытянутость</p> <p>Исходное положение: лежа на спине, руки в стороны, шея и плечи расслаблены, таз на полу, ноги подняты вверх и вытянуты.</p> <p>Изначально движение проучивается у стенки.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Порядок обучения: - VI-я п. у стенки; - VI-я п. на середине; - I-я п. на середине; - увеличение темпа.</p> <p>Элементы акробатики:</p> <p>«Колесо»</p> <p>Последовательность обучения:- руки сильные, не сгибаются!</p> <p>Поставить руки на пол, перекинуть ноги.</p> <p>«Учимся выпрямлять ноги»</p> <p>Стоя у стенки (с подстраховкой), раскрываем ноги и собираем</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
24.	21.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Port de bras с rond de jambe par terre на demi plié.</p> <p>Double battement fondu носком в пол.</p> <p>Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п,</p> <p>Petits battements sur le cou-de-pied с акцентом вперед и назад.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Tour с V позиции en dehors et en dedans</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas jete.</p> <p>Tour chaine.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Беседа-урок.</p> <p>«Терминология в классическом танце»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
25	24.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Ekserise y станка:</u></p> <p>Double battement tendu в маленьких позах</p> <p>Battement tendu jete и battement pique;</p> <p>Battlement frappe и дубль frappe на всей стопе</p> <p>Round de jambe (к себе, от себя) с перегибами корпуса</p> <p>Fondu на 45° и 90° на всей стопе и полупальцах</p> <p>Releve lent из I позиции во всех направлениях (лицом и спиной к станку на 45°)</p> <p>Petit battement на всей стопе, на полупальцах.</p> <p><u>Ekserise na seredine:</u></p> <p>Tan lie носком в пол, на 45°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echange на одну ногу.</p> <p>Беседа</p> <p>«О классическом танце»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

26	28.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Комбинация - plie; tendu; jete; round de jambe; battement deweloppe</p> <p>Комбинация - petit battement sur le cou de pieds; battement battu</p> <p>Комбинация - grand battement jete balanse</p> <p>Battement fondu на всей стопе, на полупальцах.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battement fondu на всей стопе на 45°, на полупальцах.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas glissade в сторону.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах.</i></p> <p>Sissonne simple.</p> <p>Glissade с небольшим продвижением в сторону.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
27	01.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на укрепление мышц и развитие эластичности паховой мышцы,</p> <p>Упражнения для пресса;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Парные растяжки.</p> <p><i>«Раскрытие ног».</i></p> <p>Развивает выворотность, шаг, силу ног.</p> <p>Исходное положение: лежа на полу, ноги подняты вверх.</p> <p>«раз» - с силой, рывком ноги раскрываются, стремясь мизинце ноги коснуться пола, «два» - ноги возвращаются в и.п.</p> <p><i>Элементы детского современного танца.</i></p> <p>Длинные скользящие шаги.</p> <p>«Падающие» позы.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
28	05.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Exersice у станка:</i></u></p> <p>Double battement tendu в маленьких позах</p> <p>Battement tendu jete и battement pique;</p> <p>Battlement frappe и дубль frappe</p> <p>Round de jambe (к себе, от себя) с перегибами корпуса</p> <p>Fondu на 45° и 60°</p> <p>Releve lent из I позиции во всех направлениях</p> <p>Petit battement на всей стопе, на полупальцах.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u></p> <p>Tan lie носком в пол, на 45°.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas echange на одну ногу.</p> <p><i>Повторение и закрепление пройденного материала за 1-ое полугодие.</i></p>		
29	08.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice us y stanка:</i></u></p> <p>Plie releve на 45°с demi rond de jambe.</p> <p>Petit battement на всей стопе, на полупальцах.</p> <p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u> Reparation к танцевальным комбинациям. Petit battement на всей стопе с окончанием в маленькие позы.</p> <p><i>Allegro:</i> Soute по II позиции (лицом к станку), боком к станку</p> <p>Pas echange на одну ногу.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve V позиции.</p> <p>Releve на одну ногу.</p> <p><i>Повторение и закрепление пройденного учебного материала за 1-ое полугодие.</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

30	12.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu avec demi plie (комбинация)</p> <p>Tournant в V позиции к палке.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Grand plie, demi plie: I, II – en face.</p> <p>Port de bras – первая, вторая, третья форма</p> <p>Port de bras -четвёртая форма</p> <p>Port de bras - пятая форма</p> <p>Temps lie par terre вперёд, назад носком в пол</p> <p>Pas de bourre без перемены ног.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve V позиции.</p> <p>Releve на одну ногу.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства:</i></p> <p>Этюдная форма работы.</p> <p><i>Подготовка к зачётному занятию</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
31	15.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Preparation en dehors et en dedans (проучить, закрепить отдельно) изV позиции.</p> <p>Rond de jambe par terre, обвод на plie, relewe lant 90°</p> <p>III por de bras с наклоном корпуса к станку от станка, вперед и назад - (комбинация)</p> <p><i>Eksersice na seredine:</i></p> <p>Grand plie relewe (комбинация)</p> <p>Pas de bouerre suivi</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Petit grand changement de pieds.</p> <p>Трамплинные прыжки.</p> <p>Отработка элементов, движений у станка и на середине, проученных за I полугодие.</p>		
32	19.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Промежуточная аттестация в середине учебного года.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
33	22.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p><i>Упражнения для корпуса:</i></p> <p>Наклоны. Повороты. Круговые вращения.</p> <p>Упражнения для пресса;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Упражнения для развития шага</p> <p>«Понятие вытянутой стопы»</p> <p>Стопа считается вытянутой, если: - большой палец касается пола;</p> <p>- над пяткой образуются морщинки;</p> <p>- тянется подъем;</p> <p>- ощущается боль в трех точках: над пяткой, посередине стопы, на подушечке стопы.</p> <p>При хорошей вытянутой стопе и колене пятка в положении сидя на полу, как правило, отрывается от пола.</p> <p>Отрабатывать умение правильно держать спину при наклонах.</p> <p>Отрабатывать умения растяжки</p> <p>Элементы современного танца</p> <p>Выпады в сторону, выпады с поворотами на двух ногах; поочередно.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Правила поведения на новогодних представлениях»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
34	26.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Ekserise y stanaka:</u></p> <p>Preparation en dehors et en dedans (проучить, закрепить отдельно)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Rond de jambe par terre, обвод на plie, releve lant 90°</p> <p>III por de bras с наклоном корпуса к станку от станка, а также вперёд и назад - (комбинация)</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Grand plie releve (комбинация)</p> <p>Pas de bouerre suivi</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Petit grand changement de pieds.</p> <p>Трамплинные прыжки.</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Актерское оживление танцевального движения.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
35	29.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Temps releves на всей стопе.</p> <p>Pas coupe на всю стопу.</p> <p>Pas tombe.</p> <p>Battements releles lents на 90° в больших позах: efface, attitude</p> <p>Port de bras боком к станку.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battement fondus 45°</p> <p><u>Eksersice na seredine:</u></p> <p>Pas balance с поворотом на 45° (первый вперёд, второй в сторону)</p> <p>Detourne (повороты) V позиции.</p> <p>Relewe plie relewe.(т.8-т.2)</p> <p>Беседа.</p> <p>«Искусство балета».</p> <p>Прослушивание музыкальных фрагментов из классических балетов.</p>		
36	09.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Комплекс упражнений, способствующий правильному формированию осанки.</p> <p>Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо; ноги широко в сторону)</p> <p>Отрабатывать умение правильно держать спину при наклонах.</p> <p>Отрабатывать умения растяжки</p> <p>Упражнения для развития подъёма стоп.</p> <p>«Прищепка». Разучивается у стены,</p> <p>Элементы эстрадного танца:</p> <p>Полуповороты в V позиции на полупальцах.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>На plie в V позиции.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Разнообразие видов современного танца»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
37	12.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Rond de jambe en liar en dehors et en dedans, полуповорот, маленькая поза croisee.</p> <p>Battement frappe 30°.</p> <p>Doble battement frappe.</p> <p><u><i>Eksersice с на середине:</i></u></p> <p>Battement fondus в маленьких позах croisee и effacee вперёд и назад</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echappe на одну ногу.</p> <p>Pas jete на месте, с продвижением вперёд.</p> <p>Pas balance с поворотами, с применением разнообразных движений и поз рук- (комбинация).</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

38	16.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Grand plie et relewe на полупальцы во всех позициях (комбинация) - отработать данное упражнение с движением руки и головы.</p> <p>Полуповороты по V позиции к станку и от станка</p> <p>Tombee на месте и soure на опорную ногу на целую стопу</p> <p><u><i>Eksersice с на середине:</i></u></p> <p>Полуповороты в V позиции на полупальцах.</p> <p><i>Arabesgue</i></p> <p>Позы arabesque- первый, второй, третий, четвёртый</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas jete на месте, с продвижением вперёд.</p> <p>Pas assemble в сторону.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i></p> <p>Художественно-образная информация.</p> <p><i>Постановочная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
39.	19.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Укрепление мышц спины, формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Работа над выворотностью стопы.</p> <p><i>Растяжка</i> и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса.</p> <p>«Уголок».</p> <p>Укрепляет мышцы брюшного пресса.</p> <p>Простейшие акробатические движения - «колесо», «кувырок»</p> <p>Элементы эстрадного танца.</p> <p>Шаги с резкими поворотами и приседаниями.</p> <p>Беседа</p> <p>«О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене»</p>		
40.	23.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Port de bras с rond de jambe par terre на demi plie.</p> <p>Passe 90°вперед и сзади по Vпозиции.</p> <p>Tombee на месте и coupe на опорную ногу на целую стопу</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Epaulement croisee.</p> <p>Grand plie, demi plie: I, II – en face.</p> <p>IV epaulement croisee, epaulement effacee.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Veпаulement croisee.</p> <p><i>Port de bras</i></p> <p>Port de bras – первая, вторая, третья форма</p> <p>Port de bras -четвёртая форма</p> <p>Port de bras - пятая форма</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas glissade.</p> <p>Pas jete на месте, с продвижением вперёд.</p> <p>Pas assemble в сторону.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
41.	26.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Ekсersice у станка:</i></u></p> <p>Grand plie по IV позиции.</p> <p>Battements tendus: в позе epаulement et efface;</p> <p>Battements tendus jetes в сторону, вперёд, назад: с demi – plie;</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans: rond de jambe par terre на plie.</p> <p>Tombee на месте и soure на опорную ногу на целую стопу</p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Tombee на месте и soure на опорную ногу на целую стопу и на полупальцах.</p> <p><u>Eksersice на середине:</u></p> <p>Sissone fermee с движением рук из одного положения в другое.</p> <p>Tours по диагонали.</p> <p>Tombee на месте и soure на опорную ногу на целую стопу и на полупальцах.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
42.	30.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans:</p> <p>rond de jambe par terre на plie.</p> <p>Demi rond de jambe на 45° en dehors en dedans на всей стопе</p> <p>Battements fondus с pile – releve в сторону, вперёд</p> <p>Battement developpe в больших позах.</p> <p>Crand battements jetes (на затакт, на ¼): в большой позе efface; pointes.</p> <p>I и III port de bras как заключение с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперёд и назад;</p> <p>III port de bras с demi – plie на опорной ноге.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Releve на п/п в IV позиции.</p> <p>Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах.</p> <p>Tours по диагонали.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Вредные привычки и их последствия»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
43.	02.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка</u></p> <p>Demi rond et rond de jambe на 45 на п/п и demi plie</p> <p>Battement fondu: - double на всей стопе, на п/п;</p> <p>С plie-releve et rond de jambe на 45°.</p> <p>Battement frappe et battement double-frappe на п/п, с окончанием в demi plie</p> <p>Pas tombe с продвижением, с полуповоротом, р.н. – на sou-de-pied.</p> <p>Battement developpe во всех направлениях.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Большая поза croisee и effacee вперед и назад носком в пол.</p> <p>Элементарное adagio .</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas echange на одну ногу.</p> <p>Tours по двойкам по прямой.</p> <p>Tours по диагонали.</p> <p>Беседа</p> <p>«Отличительные особенности эстрадного и современного танца от классического и народно-сценического танца»</p>		
44.	06.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Ekserise y stanke:</u></p> <p>Passé 90° впереди и сзади по V позиции.</p> <p>Battement releve lent et battement developpe на п/п.</p> <p>Demi rond et grand rond de jambe developpe на всей стопе.</p> <p>3-я форма port de bras с ногой на носке сзади, на plie (с растяжкой).</p> <p><u>Ekserise c na seredine:</u></p> <p>Battements tendus в маленьких позах.</p> <p>Battements tendus jetes в маленьких позах.</p> <p>Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi - plie.</p> <p>Temps lie par terre, port de bras, battement fondus</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas de chat с маленькими руками.</p> <p>Закрепление пройденных комбинаций.</p> <p>Постановочная работа (по репертуарному плану)</p>		
45.	09.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Перекатывание стопы</p> <p><i>«Ноги к себе»</i></p> <p>Развивает шаг - из положения, лежа на спине, колено подтягивается к плечу, выпрямить ногу, держа ее руками под бедром. Стопа стремится вдале и за голову.</p> <p><i>«Подготовка к мостику»</i></p> <p>Развивает гибкость.</p> <p>Элементы эстрадного танца.</p> <p>Выпады в сторону с поворотом на вытянутой опорной ноге.</p> <p>Характерные прыжки.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Значение балетной (партерной) гимнастики в хореографии»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

46.	13.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Plie releve на 45° с demi rond de jambe</p> <p>Battement releve lent на 90°</p> <p>Battement developpe во всех направлениях.</p> <p>Plie releve 45° с demi rond de jambe</p> <p>Battement developpe passe на 90°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battements fondus носком в пол, позже на 45° в маленькие позы.</p> <p>Battements frappes и double frappes носком в пол, позже на 45°</p> <p>Battements releves lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte; attitude crouse и efface на 45°.</p> <p>IV-е port de bras</p> <p>Маленькая и большая поза ecartee вперед и назад</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de basque par terre.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства</i></p> <p>Эмоциональное состояние, темперамент, манера, стиль исполнения.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
47.	16.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

			<p>Battement tendu jete balancoire</p> <p>Поза epaulement ecartee вперёд и назад носком в пол.</p> <p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u></p> <p>Battements developpes en face вперёд и назад.</p> <p>Crand battements jetes в больших позах.</p> <p>Port de bras: с наклоном корпуса; с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперёд и назад.</p> <p>Позы arabesque носком в пол.</p> <p>Pas valse en tournant.</p> <p>Pas balance en tournant по 1/4 круга.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Sissonne sur le cou-de-pieds впереди и сзади.</p> <p>Pas de chat на croisee вперёд.</p> <p><i>Беседа.</i></p> <p>«Терминология в классическом танце»</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
--	--	--	---	--	--

48.	20.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Методы для развития равновесия.</p> <p>Упражнения для развития силы и укрепления мышц стопы и голени.</p> <p>Растяжка паха, внутренней части бедер Растяжка задней поверхности бедер</p> <p><i>«Подготовка к мостику»</i> - развивает гибкость.</p> <p><i>«Мостик»</i> - развивает гибкость, из положения, стоя на коленях прогнуться назад.</p> <p>Развитие: «мостик» из положения стоя.</p> <p>Рекомендуется разучивать по парам, страхуя друг друга, можно спускаться руками по стене (по одному).</p> <p>Из положения, стоя на коленях (колени на ширине плеч) медленно, не округляя спины, сесть между ног.</p> <p>Подняться обратно. Руки все время на талии.</p> <p><i>Элементы эстрадного танца.</i></p> <p>Резкие поднимания стопы</p> <p><i>Повороты:</i></p> <p>Поворот с ногой в passe по VI позиции на 360°.</p> <p><i>Беседа.</i></p> <p><i>«Россия – наша родина»</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
-----	-----------	---------------------------	---	--	--------------------	-------------------

49.	27.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battements fondus с pile-releve в сторону, вперед, назад на всей стопе</p> <p>Petits battements sur le cou-de-pied с акцентом вперед и назад</p> <p>Battement developpe вперед и назад</p> <p>Grand battements jetes pointes</p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к станку</p> <p>Поворот на 2-х ногах в V п. на п/п с переменной ног.</p> <p>Полуповороты на одной ноге, на двух ногах</p> <p>Preparation к pirouette sur le cou-de-pied с V позиции</p> <p>Pirouette с V п. en dehors et en dedans.</p> <p>Поза epaulement ecartee перед и назад на 45°.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>IV port de bras в V позиции.</p> <p>I, II, III arabesques носком в пол.</p> <p><i>Temps lie</i></p> <p>Temps lie на 90° вперед, назад</p> <p>Temps lie вперед, назад с перегибом корпуса</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
-----	-----------	---------------------------------	---	--	-----------------------	----------------------

				<p>Pas echappe во II поз. на croisse и на effacee.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
50.	01.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Rond de jambe en liar en dehors et en dedans.</p> <p>Toumbe в сторону.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Temps lie на 90° вперед, назад</p> <p>Temps lie вперед, назад с перегибом корпуса</p> <p>Temps lie на полупальцах</p> <p>Закономерность перехода рук из одного положения в другое</p> <p>Rond de jambe en liar – подготовка.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de bourree с отскоком в сторону</p> <p>Pas de chat с маленькими руками.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i></p> <p>Эмоциональное состояние, темперамент, манера, стиль исполнения.</p> <p><i>Беседа.</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>«Классический танец - азбука хореографии».</i></p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
51.	05.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Общий разогрев.</p> <p>Широкое grand plie.</p> <p>Упражнения со скакалкой.</p> <p>Шаг вперед на 90° на всей стопе, на полупальцах.</p> <p>Повороты со скакалкой.</p> <p><i>«Рыбка»</i> - развивает гибкость.</p> <p>Элементы эстрадного танца</p> <p>Танцевальные шаги с ритмичным разнообразием.</p> <p>Прыжок в позе маленького арабеска.</p> <p>Поворот на plie с отведением ноги в сторону носком в пол</p> <p>Беседа.</p> <p><i>«Россия – наша родина»</i></p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
52.	12.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksercise у станка:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Исполнение упражнений с чередованием на целой стопе и на полупальцах.</p> <p><i><u>Eksersice на середине:</u></i></p> <p>Demi rond et rond de jambe на 45° на всей стопе.</p> <p>Battement fondu: - с plie-releve et demi rond de jambe на 45°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas ballotte</p> <p>Pas valse en tournant.</p> <p>Pas de bourre с переменной ног</p> <p>Pas de bourre без перемены ног</p> <p>Беседа.</p> <p>«Музыка – неотъемлемая часть хореографии».</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
53.	15.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i><u>Eksersice у станка:</u></i></p> <p>Battement fondus 45° с движением руки.</p> <p><i><u>Eksersice на середине:</u></i></p> <p>Grand battement jete с большими руками.</p> <p>Battement frappe и double -frappe: - с окончанием в demi plie.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas coupe на п/п.</p> <p>Pas tombe с продвижением,</p> <p>Demi rond de jambe developpe en face на всей стопе.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas assemble в сторону на середине зала. Petits changement de pieds en tournant на ¼, ½. Sissonne simple en face. Sissonne в I arabesque.</p> <p><i>Танцевальная комбинация.</i></p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
54.	19.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Растяжка подколенных сухожилий Растяжка с выпадом одной ноги вперед.</p> <p>Растягивание в сторону по палке.</p> <p>«Качалка» - развивает гибкость.</p> <p>В положении лежа на полу, держимся руками за стопы.</p> <p>«Ноги за голову» - растягивает позвоночник, укрепляет брюшной пресс.</p> <p>Элементы эстрадного танца.</p> <p>Прыжок в позу маленького арабеска.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Поворот на деми-плие опорной ноги, другая нога в сторону носком в пол.</p> <p>Танцевальные шаги с ритмичным разнообразием, с хлопками, в сочетании с поворотами, с выходами в танцевальные позировки Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
55.	22.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice с у станка:</u></p> <p>Battement soutenus на 45° вперед, в сторону, назад.</p> <p>Маленькие позы на plie.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou-de-pied или поднято в любом направлении на 45°.</p> <p>Temps lie par terre вперед и назад.</p> <p>Pas de bourre simple с переменной ног.</p> <p>3-я форма port de bras, с ногой на носке сзади, с переходом с опорной ноги, с растяжкой</p> <p>5-я, бя формы port de bras.</p> <p>Pas de bourree: - de cote (носком в пол, на 45°);</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de chat croisee et pas assemble en face</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Sissonne ouvertee в сторону- лицом к палке.</p> <p>Полуповорот на двух ногах</p> <p>Полный поворот на двух ногах</p> <p>Беседа.</p> <p>О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
56.	26.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu jete balancoire</p> <p>Поза epaulement ecartee вперёд и назад носком в пол.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Позы arabesque носком в пол.</p> <p>Pas valse en tournant.</p> <p>Pas balance en tournant по 1/4круга.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p><i>Группа маленьких прыжков</i></p> <p>Epolman croisee end efface</p> <p>Прыжок ферме и сисон ballotte на effacee et croisee (в пол, на 45°);</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Simple (с переменной ног) en tournant.</p> <p>Preparation к pirouette и pirouette с V, IV, II п. с окончанием в V и IV п.</p> <p>Pas de chat на croisee вперед.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Терминология в классическом танце»</p>		
57.	29.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Растяжка подколенных сухожилий Растяжка с выпадом одной ноги вперед.</p> <p>«Свечка» - из положения ноги за голову, ноги сгибаются и вытягиваются вверх. Ягодицы сильно сжаты, ноги вытянуты.</p> <p>«Березка» - стоя в «свечке» раскрываем ноги. Так получается подготовка к колесу.</p> <p>Элементы эстрадного танца.</p> <p>Прыжок в позу маленького арабеска.</p> <p>Танцевальные шаги с ритмичным разнообразием, с хлопками, в сочетании с поворотами, с выходами в танцевальные позировки.</p> <p>Поворот на деми-плие опорной ноги, другая нога в сторону носком в пол.</p> <p>Полные повороты по V позиции от станка.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

58.	02.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Упражнения у «станка» и на середине с элементами вращения</p> <p>Battement fondu на 90° через developpe</p> <p>Полные повороты по V позиции от станка.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Preparation к комбинациям</p> <p>Полные повороты по V позиции</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps saute по V п. с продвижением.</p> <p>Changement de pied с продвижением.</p> <p>Pas echappe на II и IV п. по 1/4 и 1/2 оборота.</p> <p>Pas assemble с продвижением en face и в позах</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
59.	05.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement fondu на 90° через developpe</p> <p>Temps lie на 90° с медленным вращением (tour lent)</p> <p>Туры по V позиции и по диагонали с добавлением рук</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Tombe desous-desus вперёд с движением руки.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Tombe в сторону с движением руки.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas glissade в сторону. Pas balance. Pas de basque вперёд (сценическая форма). Pas ballonnee в сторону</p> <p>Tours sur le cou de pied из V позиции в V позицию.</p> <p>Pas echange en tournant на II позицию.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
60.	09.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Общая разминка.</p> <p>Балетная разминка.</p> <p>Упражнения с мячом.</p> <p>Упражнения для развития гибкости корпуса.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса</p> <p>«Птичка на стопе» - разрабатывает подъем.</p> <p>«Подготовка к plie»</p> <p>Исходное положение: стоя на коленях на ширине плеч - сесть на пол между ног и положить корпус вперед на пол.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Стопы по II-й позиции, внутренний свод стопы прижат к полу, вернуться в и.п.</p> <p>Элементы эстрадного танца:</p> <p>Полуповороты в V позиции на полупальцах вытянутых ног.</p> <p>Шаги на 90° по диагонали.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
61.	12.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Temps lie на 90° с медленным вращением (tour lent)</p> <p>Туры по V позиции и по диагонали с добавлением рук</p> <p>Plie releve на 45°с demi rond de jambe.</p> <p>Battement developpe вперед и в сторону боком к палке.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battement developpe в сторону.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de chat в сторону.</p> <p>Pas de bouerre. ballotte</p> <p>Temps leve в 1, 2 arabesgues.</p> <p>Sissonne fermee во всех направлениях</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Iete в маленькой позе croisee et efacee</p> <p>Tour chane.</p> <p>Pas ballonnee в сторону</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
62.	16.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Petit battement sur le cou-de-pied</p> <p>Pirouette по 5-ой и 2-ой позициям</p> <p>Pas tombee на месте и с продвижением</p> <p>Поза attitude назад на 45°</p> <p>Plie releve на 45°с demi rond de jambe.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Temps lie вперед и назад с перегибом корпуса.</p> <p>I и IV arabesques носком в пол.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de basgue вперед, назад</p> <p>Pas de chat</p> <p>Temps lie sauté вперед, назад на 45°</p> <p>Pas de bouree с переменной ног</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Iete в маленькой позе.</p> <p>Tour chane.</p> <p>Репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
63.	19.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Упражнения со скакалкой.</p> <p>Элементы эстрадного танца:</p> <p>Повороты в V позиции на полупальцах двух ног.</p> <p>Шаги с поворотами по V позиции.</p> <p><i>«Повороты корпуса»</i></p> <p>Исходное положение: «черепашка»,</p> <p><i>«Руки на талии»</i></p> <p>Порядок постановки рук на талию:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «варежки» на руках - все пальцы вместе, кроме большого пальца - поставить руки на талию, большой палец остается сзади; - прижать ладони к бокам так, чтобы на внешней стороне запястья появилась морщинка; - ладонь мизинца (локтевой край кисти) прижат плотно к телу (нет кармашков); 	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				- локоть в одной плоскости с плечом; - плечи вниз, раскрыты. <i>Постановочная работа и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i>		
64.	23.04.24.	Теория, практика, беседы	2	Элементы классического танца. <u><i>Eksersice у станка:</i></u> Grand battement jete balancoire Pirouettes ,поворот soutenu на месте и с продвижением Pas glissade en tournant Tours sur le cou de pied из V позиции в V позицию. Поза epaulement ecartee перёд и назад на 45° <u><i>Eksersice на середине:</i></u> Поза attitude назад на 45° <i>Allegro:</i> Pas valse en tournant. Pas glissade на II позицию. Pas de chat вперёд в сторону. Temps leve в 1, 2 arabesgues. Pas de basgue вперёд, назад. Temps lie sauté вперёд, назад на 45° Pas de bouree с переменной ног	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Беседа.</i></p> <p><i>«Международный День танца»</i></p>		
65.	26.04.24.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battement tendu из V позиции: вперед, назад; в сторону с demi plie; с опусканием пятки во II позиции. (pour le pied) с demi plie по II позиции без перехода</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Plie releve на 45° с demi rond de jambe. Grand battement jete</p> <p><i>Temps lie</i></p> <p>Temps lie 45° вперед, назад Temps lie вперед, назад с перегибом корпуса Plie releve на 45° с demi rond de jambe. Grand battement jete</p> <p>Pas glissade</p> <p>I и IV arabesques носком в пол.</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Iete в маленькой позе</p> <p>Подготовка к промежуточной аттестации, отработка, закрепление пройденного материала.</p>		
66.	30.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Промежуточная аттестация в конце учебного года</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
67.	03.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Preparation к pirouette en dehors et en dedans с Vпозиции.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Перегибы корпуса в сторону с движением рук.</p> <p>Rond de jambe en liar en dehors et en dedans</p> <p>Temps lie на полупальцах</p> <p>Поза atitude назад на 45°</p> <p>Plie releve на 45° с demi rond de jambe.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Tournant через battement tendu в сторону.</p> <p>Pas ballotee вперёд.</p> <p>Беседы о войне</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				«Великая Отечественная война»		
68.	07.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Поза attitude вперёд на 45°.</p> <p>Petit battement sur le cou-de-pied</p> <p><u><i>Eksersice с на середине:</i></u></p> <p>Поза epaulement ecartee вперёд и назад на 45°</p> <p>Petit battement sur le cou-de-pied</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps saute по V п. с продвижением.</p> <p>Changement de pied с продвижением.</p> <p>Pas echange на II и IV п. по 1/4 и 1/2 оборота.</p> <p>Pas assemble с продвижением en face и в позах</p> <p>Sissonne ouvertee в сторону</p> <p>Pas glissade на II позицию.</p> <p>Репетиционная работа (по репертуарному плану)</p> <p>Подготовка к выступлению.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
69	10.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Исполнение упражнений с чередованием на целой стопе и на полупальцах.</p> <p><i><u>Eksersice na seredine:</u></i></p> <p>Поза epaulement ecartee вперед и назад на 45°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps saute по V п. с продвижением.</p> <p>Changement de pied с продвижением.</p> <p>Pas de basgue вперед, назад.</p> <p>Pas de chat</p> <p>Temps lie sauté вперед, назад на 45°</p> <p>Pas de bouree с переменной ног</p> <p>Pas jete с продвижением.</p> <p>Pas ballotte</p> <p>Pas valse en tournant.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
70.	14.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i><u>Eksersice y stanca:</u></i></p> <p>Полуповорот с окончанием в позу attitude вперед на 45°</p> <p>Полуповорот с окончанием в позу attitude назад на 45°</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u></p> <p>Temps lie с медленным поворотом(tour lent)</p> <p>Temps lie на 90° с медленным вращением (tour lent)</p> <p>Туры по V позиции и по диагонали с добавлением рук</p> <p>Battement developpe на 90° в сторону.</p> <p>Поза ecartee назад на 45°</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de chat croisee et pas assemble en face вперед.</p> <p>Pas chasse.</p> <p>Temps saute по V п. с продвижением.</p> <p>Changement de pied с продвижением.</p> <p>Pas ballotte</p> <p>Pas valse en tournant.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
71.	17.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц спины</p> <p>«Руки на талии»</p> <p>Порядок постановки рук на талию:</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>«варежки» на руках (все пальцы вместе, кроме большого, поставить руки на талию, большой палец остается сзади) ;</p> <p><i>Подготовка к «поперечному шпагату»</i></p> <p>Исходное положение: сидя на полу, ноги раскрыты, стопы сильно сокращены – поднять левую руку вверх, провести ее за ухом и наклониться к правой ноге, взять за стопу и поднять.</p> <p>Колено сильно вытянуто, то же с другой ноги.</p> <p><i>Элементы эстрадного танца:</i></p> <p>Поворот по V позиции через плие по II позиции.</p> <p>Поворот по V позиции, на деми-плие на полупальцах</p> <p>Широкое глубокое плие на одной ноге и полуповорот.</p> <p>Шаги с выпадом- оттяжкой в сторону.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
72.	21.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Tours sur le cou de pied из V позиции в V позицию.</p> <p>Поза epaulement ecartee перед и назад на 45°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Поза attitude назад на 45°.</p> <p>Temps lie на полупальцах</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Поза attitude назад на 45°. Plie releve на 45° с demi rond de jambe. <i>Allegro:</i> Pas de bouerre с переменной ног. Pas jete с продвижением. Pas ballotte Pas valse en tournant Беседа. <i>«Звёзды русского балета»</i>		
73.	24.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<i>Элементы классического танца.</i> <u><i>Eksersice у станка:</i></u> Tours sur le cou de pied из V позиции в V позицию. Поза epaulement ecartee перёд и назад на 45° <u><i>Eksersice на середине:</i></u> Поза attitude назад на 45°. Temps lie на полупальцах Поза attitude назад на 45°. Plie releve на 45° с demi rond de jambe. <i>Allegro:</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas de bouerre с переменной ног.</p> <p>Pas jete с продвижением.</p> <p>Pas ballotte</p> <p>Pas valse en tournant</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
74.	28.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>«Буква М»</p> <p>Исходное положение: ноги раскрыты и вытянуты.</p> <p>Ноги сгибаются, колени за себя, стопы ставятся на пол.</p> <p>Руки под колени и берут стопы за пальцы, тянут к себе.</p> <p>Спина втягивается очень сильно. Колени смотрят за корпус назад. Вся фигура напоминает букву «М»</p> <p>Исходное положение: сидя на полу, ноги втянуты и раскрыты по I- ой позиции</p> <p>Выполняется складка вперед.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц спины «Сфинкс»</p> <p>Элементы эстрадного танца:</p> <p>Поворот по V позиции через плие по II позиции.</p>		

				<p>Поворот по V позиции, деми - плие на полупальцах</p> <p>Шаги с выпадом- оттяжкой в сторону.</p>		
75.	31.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Tours sur le cou de pied из V позиции в V позицию.</p> <p>Поза epaulement ecartee перёд и назад на 45°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Temps lie на полупальцах</p> <p>Поза attitude назад на 45°.</p> <p>Plie releve на 45° с demi rond de jambe.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas de bouerге с переменной ног.</p> <p>Pas jete с продвижением.</p> <p>Pas valse en tournant</p> <p><i>Домашнее задание на летний период.</i></p>		

№	Дата	Форма занятия	Кол-во часов	<i>«Арабеск»</i> Группа №4 <i>VII год обучения</i>	Место проведения	Форма контроля
---	------	---------------	--------------	--	------------------	----------------

				<p>2023-2024 учебный год.</p> <p>4 часа в неделю:</p> <p>вторник - 18.15-19.00 19.10-19.55</p> <p>пятница - 18.15-19.00 19.10-19.55</p> <p><i>Тема занятия.</i></p>		
1.	01.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Вводное занятие. Организационное занятие.</i> Инструктаж по технике безопасности во время учебного процесса, расписание занятий, обсуждение творческого и репертуарного плана на текущий учебный год. Внешний вид, форма для занятий. <i>Беседа.</i> «Внешний вид на занятиях хореографией» <i>Элементы классического танца.</i> <i>Eksersice у станка:</i> Grand plie Petit battement sur le cou-de-pied Pirouette по V-ой и II-ой позициям <i>Allegro:</i> Pas glissade en tournant</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Pas de bourre dessus		
2.	05.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Battements tendus: double во II позицию; в больших позах; Battements sotenus с подъемом на п/п на 45°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p><u>Tour en dehors с degage.</u></p> <p>Tour en dedans с coupe.</p> <p>Tour chaine.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Pas glissade en tournant</p> <p>Pas de bourre dessus</p> <p>Pas de bouree balloted</p> <p><i>Репетиционная часть учебного занятия.</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
3.	08.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Demi-plie лицом к станку в I, II, III позициях.</p> <p>Наклон корпуса в сторону</p> <p>Battements tendus: в маленьких позах на ¼ и затакт;</p> <p>Battements sotenus с подъемом на п/п носком в пол</p> <p>Battements tendus jetes (на ¼ и затакт): balancoir;</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Позы arabesques, attitudes на 90° <u>Allegro:</u> Pas glissade en tournant Pas de bourre dessus Pas de bouree balloted Temps levés sautés в I и II позиции ног/		
4.	12.09.23.	Теория, практика, беседы	3	<i>Элементы классического танца.</i> <u>Eksercice с у станка:</u> Battements tendus jetes в больших позах. Demi rond de jambe и rond de jambe en dehors en dedans на 45° Battements fondus: с plie-releve на п/п <u>Eksercice на середине:</u> Пятое, четвертое и шестое port de bras. Temps lie на 90° Pas jete в различных вариантах. <u>Allegro:</u> Pas balance, Soutenu en tournant, Changement de pieds <i>Элементы актёрского мастерства.</i>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве. Репетиционная часть занятия (по репертуарному плану)		
5.	15.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Demi rond de jambe et demi rond de jambe на 45°</p> <p>Battements fondus: на п/п; с pile - releve.</p> <p>Battements frappes и doubles frappes - чередование на всей стопе и на п/п</p> <p>Pas tombee на месте и с продвижением</p> <p>Grand battement jete balancoire</p> <p>Pirouettes, поворот soutenu на месте и с продвижением</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Поклоны и реверанс - шаг с приставкой и наклоном головы: на pliés</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Pas de chat.</p> <p>Pas emboite.</p> <p>Sissone ouverte</p> <p>Pas assemble в сторону на полупальцы с паузой</p> <p>Беседа. «О классическом танце»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

6.	19.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Temp's releve на п/п Battements frappes и double frappes на полупальцах</p> <p>Petitsbattements sur le cou-de-pied на полупальцах</p> <p>Pas coupe на п/п.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Танцевальные шаги в характере польки.</p> <p>Поклоны и реверанс – в характере историко-бытового танца.</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Pas sissone simple en tournant.</p> <p>Entrechats-quatre.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i></p> <p>Эмоциональное исполнение номеров</p> <p><i>Репетиционная часть учебного занятия (подготовка концертных номеров)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
7.	22.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Растяжки в положении сидя, включая поясничную работу мышц.</p> <p>Подъем ног на 90° из положения, лежа</p> <p>Медленный подъем ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону.</p> <p>Элементы эстрадного танца.</p> <p>Выпады в сторону с поворотом на вытянутой опорной ноге.</p> <p>Характерные прыжки.</p> <p>Шаги с полуповоротами в V позиции.</p> <p>Батманы вперёд (направление croisee) на 45°</p> <p>Постановка корпуса, различные перегибы, движения рук, Повороты на двух ногах из 6 позиции ног, переходы, шаги, вращения.</p> <p>Танцевальные комбинации на основе выученных элементов.</p> <p>Репетиционная работа (подготовка к выступлению)</p>		
8.	26.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battements frappes, doubles frappes—чередование на всей стопе, п/п</p> <p>Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п,</p> <p>Petits battements sur le cou- de-pied с акцентом вперёд, назад на ¼.</p> <p>Battements developpes passes</p> <p>Crand battements jetes во всех позах.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements releles lents на 90° в больших позах: crouse, attitude crouse, ecarte, II arabesque.</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Pirouette по V и II позициям</p> <p>Pas tombee на месте и с продвижением</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве</p>		
9.	29.09.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Battements frappes, doubles frappes – чередование на всей стопе, п/п</p> <p>Rond de jambe en lier en dehors en dedans на п/п,</p> <p>Petit battements sur le cou- de-pied с акцентом вперёд, назад на ¼.</p> <p>Battements releles lents на 90° в больших позах: crouse, attitude crouse, ecarte, II arabesque.</p> <p>Battements developpes passes</p> <p>Crand battements jetes во всех позах.</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Постановка корпуса (в выворотных позициях) в маленьких и больших позах,</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Pirouette по V и II позициям</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas tombee на месте и с продвижением</p> <p>Репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
10.	03.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p>Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону.</p> <p>Растяжки из положения – сидя</p> <p>Упражнения stretch-характера с использованием рук.</p> <p>Подъем ног на 90° из положения, лежа (стопы -point).</p> <p>Grand battement вперед, из положения, лежа на спине.</p> <p>Grand battement в сторону из положения, лежа на боку.</p> <p>Grand battement в сторону, назад из положения, стоя на коленях.</p> <p>Элементы современного танца.</p> <p>Наклоны - вперед, назад, в сторону.</p> <p>Повороты - в сторону</p> <p>«Маятник», «Круг».</p> <p>Упражнения для рук, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Многообразие современной хореографии»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

11.	06.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Battements releles lents на 90° в больших позах:</p> <p>Passé par terre на 25°</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Demi rond de jambe en dehors en dedans на 45°</p> <p>Battements fondus с plie-releve.</p> <p>Rond de jambe en lier en dehors en dedans.</p> <p>Petits battements sur le cou-de-pied равномерно</p> <p><u><i>Allegro:</i></u></p> <p>Grand battement jete balancoire</p> <p>Pirouettes, поворот soutenu на месте и с продвижением</p> <p>Temps leve по I, II, V позициям.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve на полупальцы лицом к станку, на середине.</p> <p><i>Элементы актёрского мастерства.</i></p> <p>Эмоциональное исполнение танцевальных номеров в репетиционной работе.</p> <p><i>Беседа.</i></p> <p>«О классическом танце»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
-----	-----------	--------------------------	---	--	--------------------	-------------------

12.	10.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Pas tombe на месте.</p> <p>Pas de bourre (с переменной ног, без перемены ног)</p> <p>Полуповорот на двух ногах</p> <p>Полный поворот на двух ногах</p> <p>Crand battements jetes (на затакт, на ¼):</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Pas tombe на месте.</p> <p>Battements releles lents et battements developpes на 90°</p> <p>Crand battements jetes et grand battements jetes pointes.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Changement de pieds</p> <p>Pas echappe</p> <p>Pas assemble</p> <p>Pas ballonnee (в сторону с подменной ноги)</p> <p>Glissade в сторону, вперед и назад en face, в маленькие позы croisée и effacée вперед и назад.</p> <p><i>Постановочная, репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
13.	13.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Работа стопы и коленного сустава - проучить умение разрабатывать стопу, сокращая и вытягивая подъем.</p> <p>Обучение правильной постановке ноги при подъеме её вверх - вперед на 45°</p> <p>Упражнения на развитие подвижности голеностопного сустава и на эластичность мышц голени и стопы.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Приседы на подъёме стоп из положения, сидя на коленочках Упражнения в паре, для растяжки спины. Упражнения с мячом (комплекс упражнений с мячом)</p> <p>Demi - plie по второй, четвертой, шестой позициям. Grand plie по второй, четвертой, шестой позициям. Batman tendus вперед, в сторону, назад. Batman tendus jete по всем направлениям. Batman tendus jete в комбинациях с plie, с releve.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
14.	17.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Port de bras с ногой, вытянутой на носок в сторону, вперед и назад; III port de bras с demi - plie на опорной ноге. Releve на п/п в IV позиции. Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>V port de bras. IV arabesque носком в пол. Temps lie par terre avec с перегибом корпуса назад и в сторону. port de bras Releve на п/п в IV позиции crouse et efface.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u>Allegro:</u></p> <p>Temps leve по I, II, V позициям. Plie - releve с движением рук.</p> <p>Pas courru по прямой, по диагонали.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
15.	20.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksersice у станка:</u></p> <p>Releve на п/п в IV позиции.</p> <p>Полуповороты на п/п en dehors en dedans на двух ногах.</p> <p>Battement tendu с passé par-terre.</p> <p><u>Eksersice на середине:</u></p> <p>Battements tendus battements tendus jetes в маленьких позах. Rond de jambe par terre en dehors en dedans на demi - plie.</p> <p>Battements fondus носком в пол, на 45° в маленькие позы. Battements frappes double frappes носком в пол, 45°</p> <p>Повороты на двух ногах в V позиции с переменной ног (начиная с вытянутых ног на п/п и с demi-plie).</p> <p>Вращение на двух ногах в V позиции на п/п на месте</p> <p><u>Allegro:</u></p> <p>Pas assemblé</p> <p>Double assemblé.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

16.	24.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Разработка выворотности, подвижности тазобедренного сустава, а также эластичности мышц бедра.</p> <p>Упражнения для улучшения гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на укрепление брюшного пресса.</p> <p>Введение элементарных акробатических элементов:</p> <p>Выход на большой мостик из положения стоя;</p> <p>Стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад;</p> <p><i>Элементы современного танца.</i></p> <p>Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents в сторону, вперед, назад</p> <p>Верх корпуса (стоя).</p> <p>Bend и bounce вперед, в сторону, назад.</p> <p>Side stretch</p> <p><i>Беседа.</i></p> <p>«О значении партерной гимнастики в хореографии»</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
17.	27.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Ekserise y stanaka:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements developpes tombe en face</p> <p>Половина tour en dehors et en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45° и 90 °</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u></p> <p>Battements releles lents en face и в позах: crouse, efface, ecarte;</p> <p>Battements developpes en face вперед, назад,</p> <p>Attitude crouse и efface на 45°</p> <p>Por de bras с наклоном корпуса вперед, в сторону</p> <p>Préparation к pirouette en dehors et en dedans с V и IV позиций.</p> <p><u><i>Allegro</i></u></p> <p>Pas assemble в сторону на середине зала.</p> <p>Petits changement de pieds en tournant на ¼, ½.</p> <p>Sissonne simple en face.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p> <p>Подготовка танцевальных костюмов. Понятие о макияже.</p> <p>Создание сценического макияжа.</p>		
18	31.10.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u></p> <p>Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans</p> <p>Половина tour en dehors et en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45° и 90°</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><u><i>Eksersice na seredine:</i></u></p> <p>Battements releves lents battements developpes во всех позах и на полупальцах.</p> <p>Port de bras: с наклоном и перегибом корпуса, с ногой, вытянутой на носок вперед и назад.</p> <p>IV port de bras в V позиции</p> <p>I, II, III arabesques носком в пол.</p> <p><u><i>Allegro</i></u></p> <p>Pas assemble вперед, назад en face, на crouse et efface.</p> <p>Pas glissade вперед, назад en face</p> <p>Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, на середине зала.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
19	03.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Подъем на полупальцы в I позиции;</p> <p>Упражнения на укрепление пресса и развития гибкости позвоночника.</p> <p>Упражнения на выработку силы ноги, закрепление мышц пресса.</p> <p>Изучение правильной постановки ноги и подъема ноги на 45°</p> <p><i>Элементы современного танца</i></p> <p>Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя),</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>accents в сторону, вперед, назад</p> <p>Верх корпуса (стоя).</p> <p>Bend и bounce вперед, в сторону, назад.</p> <p>Side stretch.</p> <p>Deep body bend.</p> <p>«Table top» вперед, в сторону Полуповороты в V позицию с переменной ног на полупальцах: Demi-plié в V позиции, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в demi-plié; Demi-plié в V позицию, relevé на полупальцы, 1/2 поворота и закончить в V позицию на вытянутых ногах. Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
20.	07.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><u><i>Eksercice у станка:</i></u></p> <p>Retites battements sur le cou-de-pied с plie releve на всей стопе и на полупальцах.</p> <p>Rond de jambe en l'eir en dehors et en dedans с окончанием на demi- plie-releve et releve на полупальцах.</p> <p><u><i>Eksercice на середине:</i></u></p> <p>Releve на п/п, работающая нога в положении sur le cou-de-pied или на 45°</p> <p>Temps lie par terre вперед и назад.</p> <p>Pas de bourre simple с переменной ног.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и с переходом.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas glissade в сторону. Pas balance. Pas de basque вперёд (сценическая форма). Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
21.	10.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Упражнения на развитие выворотности паха и танцевального шага.</p> <p>Упражнения на развитие подвижности коленного и тазобедренного суставов.</p> <p>Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо, широко в сторону).</p> <p>Умение правильно держать спину при наклонах, умения растягивать спину.</p> <p>Элементы современного танца:</p> <p>Плечи (стоя и сидя, параллелизм): Accents вверх, вниз, вперёд, назад «Полукруг», «Круг» «Лягушка»– лицом к станку, на середине зала.</p> <p>Трамплинные прыжки во II свободной позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Прыжки с отведением ноги в сторону на носочек</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
22.	14.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Battement developpe Retites battements sur le cou-de-pied с plie releve на всей стопе и на полупальцах.</p> <p>Demi et grand rond de jambe developpe на полупальцах и с переходом из позы в позу.</p> <p><u><i>Eksersice на середине:</i></u> Battement releve lent на 45°, 90° в сторону</p> <p>Port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie</p> <p><i>Allegro:</i> Petits pas jetes en face, с окончанием в маленькие позы. Pas coupe. Petits pas chasse во всех направлениях en face, в позах</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
23.	17.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u><i>Eksersice у станка:</i></u> Grand rond de jambe jete en dehors et en dedans. Battements developpes tombe en face</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Половина tour en dehors et en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45° и 90°.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Preparation к pirouette en dehors et en dedans с IV позиции.</p> <p>Pirouette en dehors et en dedans с IV позиции.</p> <p><i>Allegro:</i> Pas assemble Pas ballonnee (в сторону с подменной ноги) Pas glissade Temps lie Grand battements jetes (на затакт, на ¼): Pas glissade en tournant</p> <p>Pas de bourre dessus</p> <p>Pas de bouree balloted</p> <p><i>Беседа-урок.</i></p> <p>«Терминология названий упражнений и движений в классическом танце»</p>		
24.	21.11.23.	Теория, практика, беседы	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на развитие выворотности паха и танцевального шага, подвижности коленного и тазобедренного суставов.</p> <p>Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо, широко в сторону).</p> <p>Умение правильно держать спину при наклонах, отработать умение растягивать спину.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Элементы современного танца:</p> <p>Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents (в сторону, вперед, назад).</p> <p>Верх корпуса (стоя).</p> <p>Bend и bounce вперед, в сторону, назад.</p> <p>Side stretch. Ноги (сидя):</p> <p>Point flex стопы.</p> <p>Круги стопы. Круги от колена.</p> <p>Шаг – перескок с высоко поднятыми коленями</p> <p>Танцевальные шаги по диагонали класса.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
25	24.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battements developpes tombe en face</p> <p>Половина tour en dehors et en dedans с plie-releve, с ногой, вытянутой вперед и назад на 45° и 90°</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Pas tombe на месте.</p> <p>Battements releves lents et battements developpes на 90°</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Crاند battements jetes et grand battements jetes pointes в больших позах.</p> <p><i>Allegro:</i> Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях Temps leve sauté I, II, IV, V позициям.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>		
26	27.11.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i> Battements fondus: с plie-releve et rond de jambe на 45° Battements frappes et battements double frappes на п/п с окончанием в demi-plie. <i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Пятое port de bras.</p> <p>IV arabesque носком в пол.</p> <p>Temps lie par terre avec port de bras с перегибом корпуса назад и в сторону.</p> <p>Полуповороты на двух ногах в V позиции с переменной ног</p> <p><i>Allegro:</i> Sissonne в arabesque (сценическая форма). Temps leve sauté I, II, IV, V позициям.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

27	01.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i> Pas tombe с полуповоротом en dehors et en dedans Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе. III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой).</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Battements fondus с plie-releve. Allegro: Pas assemble в сторону, вперед, назад – комбинация. Pas glissade вперед, назад Petits pas jetes en face, с окончанием в маленькие позы. Pas glissade в сторону.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
28	04.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Упражнения для развития гибкости плечевого, поясничного суставов и мышц спины.</p> <p><i>Изучение isolation рук (стоя, сидя):</i> Flex кисти. Круги кистью. Круги предплечьем. Тряска кисти</p> <p><i>Изучение isolation головы (сидя и в полуприседании):</i> «Маятник» в быстром темпе, Круг в быстром темпе.</p> <p>Закрепление ранее пройденных isolations головы в координации с isolations плеч и рук.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Элементы современного танца.</i></p> <p>Наклоны корпуса вперед</p> <p>Наклоны корпуса вперед, stretch диагональ вперед по frog sit позиции.</p> <p>Twist и наклон корпуса вперед по полукругу (по II позиции и frog sit позиции).</p> <p>Demi-rond - stretch ноги, поднятой вперед (рука поддерживает ногу за пятку) из tourkish позиции- в положении лёжа на спине</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</i></p>		
29	08.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Eksersice</i> у станка:</p> <p>Plie releve</p> <p>Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie).</p> <p>Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans</p> <p><i>Eksersice</i> на середине:</p> <p>Battements soutenus на 90°.</p> <p>Grand battements jete developpes.</p> <p>Pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций, с окончанием в V и VI позиции.</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Petits pas chasse Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee Soute по II позиции (лицом к станку) Беседа-урок. «Терминология, название и значение движений в классическом танце» Отработка элементов, движений у станка и на середине, проученных за I полугодие.</p>		
30	11.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Tournant в V позиции к палке.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors en dedans на 45°</p> <p>Battements fondus: на п/п; с plie-releve et demi rond de jambe на 45° на всей стопе. Releve V позиции</p> <p><i>Allegro:</i> Pas jete ferme. Pas ballotte (носком в пол).</p> <p>Sissoune fondus на 90° во всех направлениях.</p> <p>Grand sissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением.</p> <p>Grand pas assemble.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Grand pas jete.</p> <p>Элементы актёрского мастерства:</p> <p>Танцевальные этюды.</p> <p>Подготовка к зачётному занятию-аттестации 1полугодие.</p>		
31	15.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Промежуточная аттестация в середине учебного года.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
32	18.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Упражнение «Бабочка» - умение растягивать мышцы паха. Отработка силы маха ноги.</p> <p><i>Изучение isolation рук (стоя, сидя):</i></p> <p>Flex кисти, Круги кистью, Круги предплечьем, Тряска кисти</p> <p>Упражнения для развития шага.</p> <p>Элементы современного танца.</p> <p><i>Isolation плечей (стоя и в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Twist плеч.</p> <p>Полукруг и круг (поочередно каждым плечом).</p> <p>Полукруг и круг (одновременно оба плеча в оппозиции).</p> <p>«Восьмерка».</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Isolation грудной клетки (стоя, в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Изучение базовых движений:</p> <p>Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).</p> <p>Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).</p> <p>Contract-release корпуса и наклон вперед.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
33	22.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Preparation к pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans с V позиции</p> <p>Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.</p> <p>Battement releve lent на 90°</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Pas de bouerre suivi</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Sissonne simple en face, Pas assemble</p> <p>Petits changement de pieds en tournant на ¼, ½.</p> <p>Pas glissade в сторону.</p> <p>Pas balance.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

34	25.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения для развития подъёма стопы;</p> <p>Упражнения для пресса;</p> <p>Махи ногами вперёд поочередно на 45°- 90°-в положении лёжа</p> <p>Умение отрабатывать силу маха ноги.</p> <p>Парные растяжки.</p> <p><i>Элементы современного танца:</i></p> <p>Pas glisse вперёд назад <i>Isolation ног (стоя):</i></p> <p>Полукруг колена.</p> <p><i>Isolation рук (стоя, в полуприседании):</i></p> <p>Полукруг и круг одной или обеими руками</p> <p>Battements tendus: point-flex;</p> <p>Battement tendu jeté piqe.</p> <p>Swing balancoire (вперед-назад).</p> <p>Battement fondu в координации с движением рук.</p> <p>Battement développé point-flex.</p> <p>Battements développé через passé contract.</p> <p>Pelvis stretch (лицом к станку).</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
----	-----------	---------------------------	---	--	--------------------	-------------------

35	29.12.23.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Demi-rond de jambe par terre 90° en dehors et en dedans (по четверти круга)</p> <p>Port de bras боком к станку.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plie.</p> <p>Petitsbattements sur le cou –de- pied en face et epaulement с акцентом вперед и назад.</p> <p>Pas coupe на п/п.</p> <p>Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve на полупальцы в I, II, V позициях.</p> <p>Sissonne fermee</p> <p>Sisson ouverte</p> <p>Soutenu en tournant</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
36	09.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

			<p>Комплекс упражнений, способствующий правильному формированию осанки.</p> <p>Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо; ноги широко в сторону)</p> <p>Отрабатывать умение правильно держать спину при наклонах.</p> <p>Отрабатывать умения растяжки</p> <p>Растяжка ног (вперёд, в сторону), развивать и воспитывать умение правильной растяжке мышц ног, закреплять навыки умения растягиваться</p> <p>Элементы современного танца.</p> <p><i>Isolation плечей (стоя и в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Twist плеч.</p> <p>Полукруг и круг (поочередно каждым плечом).</p> <p>Полукруг и круг (одновременно оба плеча в оппозиции).</p> <p>«Восьмерка».</p> <p><i>Isolation грудной клетки (стоя, в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Изучение базовых движений:</p> <p>Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).</p> <p>Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).</p> <p>Contract-release корпуса и наклон вперед.</p>		
--	--	--	---	--	--

				<p>Plié: demi-plié contract-release корпуса;</p> <p>Grand-plié contract-release (лицом к станку);</p> <p>Grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку);</p> <p>Demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
37	12.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции</p> <p>III port de bras с наклоном корпуса к станку от станка, вперёд</p> <p><i>Eksersice с на середине:</i></p> <p>III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперёд или назад на demi-plié.</p> <p>Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors en dedans.</p> <p>Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Changement de pieds .</p> <p>Pas balance на месте движений и поз рук- (комбинация).</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

38	16.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i> Demi rond en rond jambe на 45° en dehors et an dedans на п/п, demi plie. Battements fondus: с plie-releve et rond de jambe на 45° en face; с plie-releve et rond de jambe на 45° из позы в позу. <i>Eksersice с на середине:</i></p> <p>Полуповороты в V позиции на полупальцах.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps saute по V позиции</p> <p>Changement de pied</p> <p>Pas echappe по II позиции</p> <p>Temps levé sauté. по I, II, V позициям.</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Художественно-образная информация</p> <p>«Вредные привычки и их последствия»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
39.	19.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Работа над выворотностью стопы. Парные упражнения на натянутость коленей</p> <p>Элементы джаз- модерн танца.</p> <p>«Комбинация или импровизация»:</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.</p> <p>Танцевальные комбинации в стиле различных направлений современного эстрадного танца.</p> <p><i>Изучение джаз падений.</i></p> <p>Подготовка к падениям. Методика и виды падений.</p> <p><i>Падения вперед на живот:</i></p> <p>С выпада вперед на одну ногу</p> <p>С полупальцев, через растяжку наклон корпуса вперед</p> <p><i>Падения вперед на спину:</i></p> <p>Из «стоя» через глубокое приседание с помощью рук</p> <p>Из «стоя» через колени с помощью рук</p> <p>Roll вперед через плечи из любого положения</p> <p>Беседа</p> <p>«О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене»</p>		
40.	23.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Petit battements sur le cou-de-pied</p> <p>Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с demi-pliés.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Port de bras с rond de jambe par terre на demi plie.</p> <p>Passe 90° учебное Ипозиции.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Pirouette с V, IV, II позиций en dehors et en dedans Pas de bourree ballotte en face, на crouse et efface носком в пол и на 45° <i>Allegro:</i></p> <p>Temps levé sauté. по I, II, V позициям.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
41.	26.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battement tendu retire</p> <p>Battements frappes et battements double frappes. Pas tombe с полуповоротом en dehors et en dedans, Battements fondus в сторону носком в пол.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battements developpés passés для перехода из позы в позу с различных направлений.</p> <p>IV arabesgue на 45°.</p> <p>Atitude croisee, effacee</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas échappé. из V позиции во II позицию с паузой</p> <p>Pas jete</p> <p>Assamble в сторону - от ноги, к ноге.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Манера исполнения современного танца»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
42.	30.01.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><u>Eksercice у станка:</u></p> <p>Grands battements jetés во всех направлениях и в больших позах:</p> <p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота,</p> <p>Battement deweloppe passé 90°;</p> <p><u>Eksercice на середине:</u></p> <p>Battements developpés passés для перехода из позы в позу с различных направлений.</p> <p>IV arabesgue на 45°.</p> <p>Atitude croisee, effacee</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps leves с одной ногой в положении sur le cou-de- pied.</p> <p>Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Grand pas echange на II и IV позиции на crouse et efface.</p> <p>Balaise pas de basque с продвижением вперед и по одной четверти поворота</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
43.	02.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Grands battements jetés pointés</p> <p>Поворот fouetté: по 1/4 круга из позы в позу с носком на полу на вытянутой ноге и на demi-plié en dehors et en dedans.</p> <p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Balaise pas de basque с продвижением вперед и по одной четверти поворота</p> <p><i>Allegro:</i> Double assemble. Sissonne fermee во всех направлениях. Pas de chat. Pas chasse.</p> <p>Sissonne ouvertee в сторону.</p> <p>Вращения</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

44.	06.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Упражнения на развитие выворотности паха и танцевального шага.</p> <p>Наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, прямо, широко в сторону).</p> <p>Умение правильно держать спину при наклонах. отработка умения растягивать спину.</p> <p>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса.</p> <p>Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p>Упражнения стрэйч - характера во всех положениях: «сидя», «лёжа», «стоя у станка»</p> <p>Комбинации шагов в различных направлениях, координация шагов и движений изолированных центров.</p> <p>Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов</p> <p><i>Элементы современного танца:</i></p> <p><i>Афро-танец</i></p> <p>Основные шаги, движения</p> <p>Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents (в сторону, вперед, назад).</p> <p>Верх корпуса (стоя).</p> <p>Ноги (сидя):</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
-----	-----------	---------------------------	---	--	--------------------	-------------------

				<p>Point flex стопы.</p> <p>Изоляция пальцев, Круги стопы, Круги от колена.</p> <p>Сгибание колена и flex по I и II аут - позициям</p> <p><i>Падения в сторону:</i></p> <p>Из «стоя» через колени на бедро</p> <p>Из «стоя» с толчком бедра при помощи рук</p> <p>Изучение более сложных прыжков и падений.</p> <p>Все изученные прыжки выполняются с координацией: с движением головы, плеч, грудной клетки и pelvis.</p> <p>Сложные виды падений – акробатические падения.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
45.	09.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battement tendus pour batterie.</p> <p>Battements fondus:double на всей стопе и на п/п;</p> <p>Battements fondus на 90°</p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку – исполняются в конце экзерсиса у станка.</p> <p><i>Eksersice с на середине:</i></p> <p>Battements développés passés для перехода из позы в позу с различных направлений.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>IV arabesque на 45°. Attitude croisee, effacee</p> <p><i>Allegro:</i> Pas assemble вперёд и назад en face Pas glissade вперёд и назад en face, на crouse et efface. Petits pas echarpe на II и IV позиции. Petits pas jetes en face, позднее с окончанием в маленькие позы. Pas coupe. Petits pas chasse во всех направлениях en face, в позах. Sissonne в arabesque (сценическая форма). Sissonne fermee во всех направлениях Balanse pas de basgue с продвижением вперёд и по одной четверти поворота</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
46.	13.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партнерная (балетная) гимнастика.</i></p> <p>Работа над выворотностью стопы и колена</p> <p>Упражнения на развитие пресса.</p> <p><i>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса.</i></p> <p>Упражнения для развития подъёма стопы. Парные упражнения на наклоны корпуса вперёд, назад</p> <p><i>Джаз – модерн танец</i> <i>Раздел “Изоляция”:</i> Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari.</p> <p>Движения исполняются вперёд-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Плечи: прямые. Направления: крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмёрка», твист, шейк.</p> <p>Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперёд-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты.</p> <p>Начинать кресты и квадраты с разных точек.</p> <p>Раздел “<i>Кросс. Передвижение в пространстве</i>”:</p> <p>Комбинации шагов, соединенными с вращениями и стабильными позами (вращение на двух ногах и на одной ноге).</p> <p>Вращение как способ передвижения в пространстве.</p> <p>Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.</p> <p>Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.</p> <p>Раздел “<i>Комбинация или импровизация</i>”:</p> <p>Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.</p>		
47.	16.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battements releles lents et battements developpes во всех позах на п/п. Demi rond de jambe et rond de jambe developpe en dehors et en dedans на всей стопе.</p> <p>III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой).</p> <p>Grands battements jetés во всех направлениях</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота, Battement developpe passé 90°; <i>Eksersice na seredine:</i> Battements developpés passés для перехода из позы в позу с различных направлений. IV arabesque на 45 градусов. Atitude croisee, effacee <i>Allegro:</i> Balanse pas de basgue с продвижением вперед и по одной четверти поворота <i>Беседа</i> «О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене» <i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
48.	20.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i> <i>Eksersice y stanка:</i> Demi rond de jambe et grand rond de jambe developpe en dehors et an dedans на п/п/ III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад, на plie (с растяжкой с переходом с опорной ноги.) Pirouette en dehors et en dedans с temps releve. Grands battements jetés pointés</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Поворот fouetté: по 1/4 круга из позы в позу с носком на полу на вытянутой ноге и на demi-plié en dehors et en dedans.</p> <p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Balanse pas de basgue с продвижением вперед и по одной четверти поворота</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas chasse.</p> <p>Sissonne ouvertee в сторону.</p> <p>Вращения</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
49.	27.02.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Элементы классического танца.</i></p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battements releves lents et battements developpes en face с plie releve: на п/п; с demi rond; с поворотом от палки и к палке</p> <p>Plie releve- лицом к станку</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Pas elewe вперед назад-</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas jete ferme.</p> <p>Pas ballotte (носком в пол).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Sissoune fondus на 90° во всех направлениях.</p> <p>Pas balance</p> <p>Бег на полупальцах.</p> <p>Pas de basque par terre.</p> <p>Soute VI позиции.</p> <p>Беседа.</p> <p>«Россия – наша родина»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
50.	01.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Grand rond de jambe jete en dehors et an dedans</p> <p>Grand battements jetes: passer у колена;</p> <p>passe par terre с окончанием на носок вперед или назад en face</p> <p>Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans.</p> <p>Battements fondus в сторону носком в пол</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Grands battements jetés во всех направлениях и в больших позах:</p> <p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота,</p> <p>Battement dewelophe passé 90° ;</p> <p>Battements developpés passés для перехода из позы в позу с различных направлений.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>IV arabesque на 45°.</p> <p>Atitude croisee, effacee</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps leves с одной ногой в положении sur le cou-de- pied.</p> <p>Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.</p> <p>Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.</p> <p>Balanse pas de basgue с продвижением вперед и по одной четверти поворота</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
51.	05.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Методика обучения равновесия.</p> <p>Упражнения для развития силы и укрепления мышц стопы и голени.</p> <p>Растяжка паха, внутренней части бедер</p> <p>Укрепление мышц спины,</p> <p>Джаз – модерн танец</p> <p>Работа над выворотностью стопы.</p> <p>«Изоляция»</p> <p>Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.</p> <p>Грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать кресты и квадраты с разных точек.</p> <p>Движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.</p> <p>Ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп).</p> <p>Переводы стоп из параллельного в выворотное положение.</p> <p>Исполнение движений, как по параллельным, так и по выворотным позициям.</p> <p>Ротация бедра, исполнение движений выворотной и не выворотной ногой.</p> <p>Постановочная работа (по репертуарному плану)</p>		
52.	12.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Поворот на двух ногах в V позиции на п/п с переменной ног (с вытянутых ног и с demi-plie).</p> <p>Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans: Battements retirés «до колена».</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battements tendus en tournant en dehors en dedans по 1/8, ¼ круга.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battements tendus jetes en tournant en dehors en dedans по 1/8, 1/4 круга. Rond de jambe par terre en tournant en dehors en dedans по 1/8 круга (по усмотрению педагога). Шаг подскок с высоко подтянутым коленом</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Grand sissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением. Grand pas assemble. Grand pas jete.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
53.	15.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Por de bras назад из V позиции (лицом к станку) Battement tendu jete в сторону по I позиции со сгибом подъёма рабочей ноги. Battements relevés lents из I, II позиции Battements developpés passés для перехода из позы в позу <i>Eksersice на середине:</i> IV arabesque на 45°. Battements fondus: на п/п; с plie-releve на п/п; demi rond de jambe на 45°, с tombe. <i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas jete ferme.</p> <p>Pas ballotte (носком в пол).</p> <p>Sissoune fondus на 90° во всех направлениях.</p> <p>Grand sissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением.</p> <p>Grand pas assemble.</p> <p>Grand pas jete.</p>		
54.	19.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Партерная (балетная) гимнастика</i></p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника.</p> <p>«Корзиночка», «Бабочка», «Лягушка»</p> <p><i>Элементы джаз – модерн танца</i></p> <p>Шаги с трамплинным сгибанием колен при передвижении из стороны в сторону и вперёд-назад.</p> <p>Шаги по квадрату.</p> <p>Шаги с мультипликацией.</p> <p>Трёхшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.</p> <p><i>Упражнения для позвоночника»:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Flat bask вперёд, назад и в сторону, полукруги и круги торсом.</p> <p>«Волна» - передняя, задняя, боковая.</p> <p><i>Isolation рук (стоя, полуприседаниями):</i></p> <p>Удар рукой.</p> <p>Полукруг и круг одной или обеими руками мимо корпуса.</p> <p>«Восьмерка».</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
55.	22.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battements relevés lents Preparation к pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battement tendu из V позиции: вперед, назад;</p> <p>Grand rond de jambe developpees en dehors en dedans an face</p> <p>IV arabesque на 45° Battements relevés lents Attitude croisee, effacee</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas échappé..</p> <p>Pas valse en tournant.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)-</i>		
56.	26.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Battement fondus 45°с движением руки.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Demi rond de jambe et rond de jambe en dehors en dedans на 45°</p> <p>Battements tendus-soutenus в сторону, вперед и назад.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas jete ferme.</p> <p>Pas ballotte (носком в пол).</p> <p>Sissoune fondus на 90° во всех направлениях.</p> <p>Grand sissoune ouverte во всех направлениях и позах без продвижения и с продвижением.</p> <p>Grand pas assemble.</p> <p>Grand pas jete.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
57.	29.03.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партнерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника Парные упражнения на натянутость коленей Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>Работа над выворотностью стопы.</p> <p>Растяжка паха, внутренней части бедер</p> <p>Укрепление мышц спины,</p> <p>Джаз – модерн танец</p> <p>Упражнения и работа над руками, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений.</p> <p>Постановочная часть занятия</p> <p>Изучение движения танца»</p> <p>Отработка основных движений; Изучение рисунка танцевальной композиции; Построение, изучение танца, и Манера исполнения; отработка танца, костюмы.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
58.	02.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksercice с у станка:</i></p> <p>Battement soutenus вперёд, в сторону</p> <p>Маленькие позы на plie.</p> <p><i>Eksercice на середине:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Battement tendu из V позиции</p> <p>III port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на demi-plie (с растяжкой с переходом с опорной ноги).</p> <p>VI port de bras</p> <p>Pas de bourree dessus-dessous en face.</p> <p>Pas jetes fondu с продвижением вперёд и назад. <i>Allegro</i></p> <p>Переступания на полупальцах на месте и с продвижением в сторону.</p> <p>Медленный шаг с подъёмом ноги на 45° вперёд, назад.</p> <p>Танцевальные соединения, комбинации.</p> <p>Репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
59.	05.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Партерная (балетная) гимнастика.</p> <p>Укрепление мышц спины,</p> <p>Формирование правильной осанки, улучшение гибкости позвоночника.</p> <p>Работа над выворотностью стопы.</p> <p>Парные упражнения на натянутость коленей</p> <p>Упражнения для развития гибкости корпуса.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса</p> <p>Джаз- модерн танец</p> <p><i>Раздел «Уровни»</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Основные уровни: «стоя», «сидя», «лёжа».</p> <p>Упражнения стрэйч - характера в различных положениях.</p> <p>Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счёта.</p> <p>Упражнения на contraction и release в положении «сидя».</p> <p>Репетиционная часть учебного занятия (по репертуарному плану)</p>		
60.	09.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice с у станка:</i></p> <p>Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом к станку)</p> <p>Battement soutenus</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>III port de bras с ногой, вытянутой на носок вперёд или назад на demi-plie.</p> <p>Pas de bourree simple (с переменной ног) en tournant en dehors en dedans.</p> <p>Preparation к pirouette en dehors et en dedans с V, IV, II позиций</p> <p>Pirouette с V, IV, II позиций en dehors et en dedans с окончанием в V и IV</p> <p>Pas de bourree ballote an face, затем на crouse et efface носком в пол, на 45°</p> <p>Переступания на полупальцах на месте и с продвижением в сторону.</p> <p>Медленный шаг с подъёмом ноги на 45° вперёд, назад.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p><i>Allegro</i></p> <p>Grand pas assemble.</p> <p>Grand pas jete.</p> <p>Pas chasse.</p> <p>Sissonne ouvertee в сторону.</p> <p>Вращения - chane</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
61.	12.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Grands battements jetés во всех направлениях и в больших позах:</p> <p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота,</p> <p>Battement deweloppe passé 90 градусов;</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battements developpés passés для перехода из позы в позу с различных направлений.</p> <p>IV arabesque на 45°</p> <p>Atitude croisee, effacee</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Sissonne ouverte на 45° во всех направлениях.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Sissonne tombe.</p> <p>Pas balene.</p> <p>Pas emboites.</p> <p>Grand jete.</p> <p>Balanse pas de basque с продвижением вперёд и по одной четверти поворота</p> <p>Беседа.</p> <p>«О правилах поведения во время репетиций за кулисами и на сцене»</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
62.	16.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Балетная (партерная) гимнастика</p> <p>Постановка корпуса, различные перегибы, движения рук, повороты на двух ногах из 6 позиции ног, переходы, шаги, вращения.</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p> <p>Упражнения для освоения движений головой.</p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса.</p> <p>Упражнения для туловища. «Восьмерка» тазом.</p> <p>Упражнения в партере – перекаты на спине, «улитка».</p> <p><i>Элементы силовой гимнастики.</i></p> <p>Элементы эстрадного танца.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Выпады в сторону с поворотом на вытянутой опорной ноге.</p> <p>Характерные прыжки.</p> <p>Шаги с полуповоротами в V позиции.</p> <p>Батманы вперёд (направление croisee) на 45°</p> <p>Постановка корпуса, различные перегибы, движения рук,</p> <p>Повороты на двух ногах из 6 позиции ног, переходы,</p> <p>Шаги, вращения.</p> <p><i>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</i></p>		
63.	19.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Grands battements jetés pointés</p> <p>Поворот fouetté: по 1/4 круга из позы в позу с носком на полу на вытянутой ноге и на demi-plié en dehors et en dedans.</p> <p>Soutenu en tournant en dehors et en dedans: 1/2 поворота</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Balaise pas de basgue с продвижением вперёд и по одной четверти поворота</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas chasse.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Sissonne ouvertee в сторону.</p> <p>Pas emboite на месте.</p> <p>Pas emboite с продвижением вперёд.</p> <p>Grand jete.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p>		
64.	23.04.24.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i> Grand battement jete balance</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Temps lié par terre с перегибом корпуса. Четвертое и пятое port de bras. Pas de bourrée без перемены ног с открыванием ноги в сторону Tan lie на 90°.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas emboite на месте.</p> <p>Pas emboite с продвижением вперёд.</p> <p>Rond de jambeen l'air saute.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve V и IVпозициям.</p> <p>Glissade в сторону.</p> <p>Подготовка к зачётному - контрольному занятию.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

65.	26.04.24.	Теория, практика, беседы	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i> Grand battement jete balance</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Четвертое и пятое port de bras. Pas de bourrée-ballotté с открыванием ноги вперед и назад.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas emboite на месте.</p> <p>Pas emboite с продвижением вперед.</p> <p>Rond de jambeen l'air saute.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve V и IVпозициям.</p> <p>Glissade в сторону.</p> <p>Подготовка к контрольному занятию — выстраивание комбинаций</p> <p>Беседа.</p> <p>«Международный День танца»</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
66.	30.04.24.	Теория, практика, беседы.	2	Итоговая аттестация	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

67.	03.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Rond de jambe par terre en dehors, en dedans Battement tendu с demi-plie по V позиции</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Четвертое и пятое port de bras. Pas de bourrée-ballotté с открыванием ноги вперед и назад. Перегибы корпуса в сторону с движением рук.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Temps leves с одной ногой в положении sur le cou-de-pied.</p> <p>Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼. Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.</p> <p>Double assemble. Sissonne fermee во всех направлениях.</p> <p>Репетиционная часть учебного занятия (по репертуарному плану)</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
68.	07.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Балетная (партерная) гимнастика</p> <p>Растяжка и укрепление мышц ног, корпуса, поясницы, спинного торса.</p> <p>Медленный подъём ноги в выворотном положении.</p> <p>Наклоны корпуса – «пружинка»</p> <p>Элементы силовой гимнастики</p> <p>Упражнения для развития и укрепления выносливости.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Упражнения со скакалкой.</p> <p>Групповые упражнения.</p> <p>Упражнения для рук, вырабатывающие плавность, лёгкость и широту движений.</p> <p>Джаз – модерн танец</p> <p><i>Упражнения для позвоночника:</i></p> <p>Использование падений и подъёмов во время комбинаций.</p> <p>Соединение contraction и release с одновременным подъёмом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.</p> <p>Постановочная и репетиционная работа (по репертуарному плану)</p> <p>Беседы о войне</p> <p>«Великая Отечественная война 1941-1945 годов»</p>		
69	10.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Rond de jambe par terre en dehors, en dedans Battement tendu с demi-plie по V позиции</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Четвертое и пятое port de bras. Pas de bourrée-ballotté с открыванием ноги вперед и назад. Перегибы корпуса в сторону с движением рук.</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Temps leves с одной ногой в положении sur le cou-de-pied.</p> <p>Grand changement de pieds en tournant на 1/8, ¼.</p> <p>Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.</p> <p>Double assemble.</p> <p>Sissonne fermee во всех направлениях.</p> <p>Grand pas echappe на II и IV позиции на crouse et efface.</p> <p>Double assemble.</p> <p>Sissonne fermee во всех направлениях.</p> <p>Pas echappe с паузой, с точками.</p> <p>Элементы актёрского мастерства.</p> <p>Умение передать характер танца в исполнительском мастерстве.</p> <p>Репетиционная часть учебного занятия (по репертуарному плану)</p>		
70.	14.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Полуповороты в VI позиции на полупальцах 2-х ног по направлению к станку и от станка на вытянутых ногах</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battement tendu из V позиции: с опусканием пятки во II позиции. (pour le pied)</p> <p>Четвертое и пятое port de bras.</p> <p>Pas de bourrée-ballotté с открыванием ноги вперед и назад.</p> <p>Перегибы корпуса в сторону с движением рук.</p> <p><i>Allegro:</i></p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360°</p> <p>Комбинации из прыжков и танцевального бега</p> <p>Повороты в V позиции на полупальцах двух ног.</p> <p>Шаги с поворотами по V позиции.</p> <p>Полуповороты в VI позиции на полупальцах 2-х ног en dehors</p> <p>Репетиционная часть учебного занятия (по репертуарному плану)</p> <p>Беседа</p> <p>«О правилах поведения во время массовых и концертных выступлений»</p>		
71.	17.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Developpe passes balance.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battement fondu на 90°</p> <p>Tour lent (в медленном темпе)</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Pas ballote по диагонали в комбинации pas assemble</p> <p>Pas emboite в продвижении вперёд.</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Pas de chat (вперёд, в сторону)</p> <p>Glissade в сторону, вперед и назад en face, а также в маленькие позы croisée и effacée вперед и назад.</p> <p>Glissade из IV в IV позицию для применения как подход к assemblé de volé и впоследствии к другим большим прыжкам.</p> <p>Jeté в сторону в маленькие позы (с руками).</p> <p>Echappé на II позицию с окончанием на одну ногу</p>		
72.	21.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p><i>Балетная (партерная) гимнастика</i></p> <p>Разогрев в положении «сидя», «лёжа»</p> <p><i>Элементы современного танца.</i></p> <p><i>Isolation плечей (стоя и в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Twist плеч.</p> <p>Полукруг и круг (поочередно каждым плечом).</p> <p>«Восьмерка».</p> <p><i>Isolation грудной клетки (стоя, в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).</p> <p>Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку).</p> <p>Contract-release корпуса и наклон вперед.</p> <p>Plié: demi-plié contract-release корпуса;</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение

				<p>Crاند-plié contract-release (лицом к станку);</p> <p>Demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ</p>		
73.	24.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Gran battement jete balance.</p> <p>Developpe balance.</p> <p>Port de bras боком к станку.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i></p> <p>Battements frappes et battements double frappes с окончанием в demi-plié.</p> <p>Pas coupe на п/п.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve на полупальцы в I, II, Vпозициях.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Glissade как подход к assemblé .</p> <p>Assemblé вперед и назад</p> <p>Jeté в сторону в маленькие позы (с руками).</p>	Класс хореографии.	Опрос, наблюдение
74.	28.05.24.	Теория, практика, беседы.	2	<p>Элементы классического танца.</p> <p><i>Eksersice у станка:</i></p> <p>Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга)</p>		

			<p>Port de bras боком к станку.</p> <p><i>Eksersice на середине:</i> Pas coupe на п/п.</p> <p><i>Упражнения на полупальцах:</i></p> <p>Releve на полупальцы в I, II, V позициях.</p> <p>Soutenu en tournant.</p> <p><i>Allegro:</i></p> <p>Glissade как подход к assemblé .</p> <p>Assemblé вперед и назад</p> <p>Jeté в сторону в маленькие позы (с руками).</p> <p>Echappé на II позицию с окончанием на одну ногу</p> <p>Soutenu en tournant.</p> <p>Pas emboite с продвижением вперед.</p>		
75.	31.05.24.		<p><i>Балетная (партерная) гимнастика</i></p> <p>Разогрев в положении «сидя», «лёжа», используя упражнения стрэч-характера, наклоны и твисты торса.</p> <p><i>Элементы современного танца.</i></p> <p><i>Isolation плечей (стоя и в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Twist плеч.</p> <p>Полукруг и круг (поочередно каждым плечом).</p>		

				<p>Полукруг и круг (одновременно оба плеча в оппозиции).</p> <p>«Восьмерка».</p> <p><i>Isolation грудной клетки (стоя, в полуприседании, сидя):</i></p> <p>Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку).</p> <p>Contract-release корпуса и наклон вперед.</p> <p>Plié: demi-plié contract-release корпуса;</p> <p>Grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку);</p> <p>Demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ</p> <p><i>Задание на летний период.</i></p>		
--	--	--	--	--	--	--