

МБОУ ДОД «Детская школа искусств №6 г. Владивостока»



Директор МБОУ ДОД ДШИ №6

Коргунова Л.А.

ПРОГРАММА
1-Й КЛАСС ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ
классический танец

Составитель: Дроздова Н.С.,
преподаватель хореографических дисциплин
МБОУ ДОД ДШИ №6 г. Владивостока

Владивосток, 2012 г.

Пояснительная записка

В процессе обучения в 1-м классе ученики должны освоить постановку корпуса, ног, рук и головы на простейших упражнениях классического тренажа. Они знакомятся с понятием рабочей и опорной ног, названиями и правилами исполнения элементов классического exercise. В первом классе все упражнения изучаются и отрабатываются лицом к станку, держась за него обеими руками, затем постепенно переносятся на середину.

В обязательном порядке продолжается работа над развитием профессиональных данных.

Ученики первого класса изучают следующие дисциплины:

1. классический танец,
2. детский танец,
3. ритмика
4. гимнастика
5. так же предполагается участие в воспитательно-познавательных мероприятиях – просмотр видеоматериалов, посещение концертов, балетных спектаклей и дальнейшее их обсуждение.

Одним из важных аспектов обучения в первом классе наряду с изучением классического экзерсиса и развитием данных является отработка элементов детского танца, изученных на подготовительном отделении, изучение новых элементов, усложнение их путем комбинирования. Результатом этой работы должен стать небольшой танцевальный групповой этюд, включающий эти движения, который готовится к годовому экзаменационному уроку.

Цели и задачи программы

1. Изучение основ классического танца, привитие правильности и точности исполнение каждого движения классического танца, начиная с постановки корпуса, рук, ног, головы.
2. Изучение элементов детского танца, развитие координации путем их комбинирования.
3. Развитие и совершенствование профессиональных данных.
4. Выработка активной реакции на музыку, умения вступать с началом фразы и заканчивать движение с ее окончанием.
5. Обеспечение гармоничного развития личности, активизация и развитие творческих способностей, образного мышления.

Тематический (учебный) план. 1-й класс.

Первая четверть.

1. Повторение упражнений, изученных на подготовительном отделении.

Развитие профессиональных физических данных (ОФП):

1) Развитие мышечного чувства.

2) Развитие и укрепление отдельных групп мышц и суставно-связочного аппарата:

- наклоны и повороты головы;
- упражнения для суставно-связочного аппарата;
- упражнения для кистей рук;
- упражнения для развития гибкости позвоночника;
- упражнения для выработки натянутости ног;
- упражнения для выворотности и подвижности в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах;
- упражнения для развития «таза»;
- упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и мышц спины.

2. Элементарные построения в пространстве (колонна, круг, шеренга, диагональ и т.д.); свободное размещение в шахматном порядке.

3. Освоение движений классического exercise:

Станок:

- 1) Постановка стоп на полу в VI, I свободной позициях.
- 2) Постановка корпуса по I и II позициям ног.
- 3) Demi plie по I и II позициям ног.
- 4) Releve по VI позиции.
- 5) Подготовительная позиция рук.

Середина:

- 1) Постановка стоп на полу в VI, I свободной позициях.
- 2) Постановка корпуса по I и II позициям ног.

- 3) Demi plie по I и II позициям ног.
- 4) Releve по VI позиции.
- 5) Трамплинные прыжки.
- 6) Подготовительная, I, II, III позиции рук.

Детский танец:

Повторение пройденных на подготовительном отделении элементов (марш в разных темпах, бега, галопы, подскоки), оттачивание их исполнения.

Вторая четверть.

Станок.

- 1) Постановка стоп на полу в VI, I, II позициям на середине.
- 2) Releve на полупальцы по I и II позициям.
- 3) Grand plie по I и II позициям ног.
- 4) Battement tendu в сторону и вперед.
- 5) Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans (первая половина движения).

Середина.

- 1) Releve на полупальцы по I и II позициям.
- 2) Demi plie по I и II позициям ног.
- 3) Battement tendu в сторону.
- 4) Положение allongee кистей рук во второй позиции.
- 5) Первое port de bras для рук.
- 6) Saute по VI позиции ног.

Детский танец.

- Комбинирование проученных танцевальных элементов при диагональных проходах.
- Боковой галоп со сменой ног.
- Сценический ход по свободной первой позиции.

Третья четверть.

Станок.

- 1) Battement tendu назад.
- 2) Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans (вторая половина движения). Факультативно - rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- 3) Растяжка с ногой на палке в сторону.

Середина.

- 1) Grand plie по I и II позициям ног.
- 2) Battement tendu вперед, назад, в сторону.
- 3) Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- 4) Saute по VI, I, II позиции ног.
- 5) Echarpe из I позиции ног на II.

Детский танец.

- оттачивание пройденных элементов;
- начало разучивания танцевального этюда.

Четвертая четверть.

- Совершенствование и оттачивание исполнения всех основных движений классического exercise, проученных в чистом виде. Закрепление пройденного материала.
- Разучивание и отработка танцевального этюда, в котором комбинируются все основные элементы детского танца.

Методические рекомендации

1. К концу первого месяца дети уже обычно разучивают вспомогательные упражнения подготовительной части урока, но еще не могут их качественно выполнить. Для этого требуется время и постоянные дополнительные тренировки дома.

2. Первое время на занятиях основное внимание уделяется постановке тела (корпуса, ног, рук и головы) в I, II позициях в выворотном положении ног

(разворот ног на 180°), лицом к станку, придерживаясь двумя руками за палку, стоя лицом в центр зала, положив раскрытые руки на палку станка. Особо обращается внимание на постановку стопы в позициях – не допускать навала на переднюю часть ноги. Снимая руки со станка во время комбинаций, следует начать тренировать равновесие.

Однако к этому времени не все дети могут стоять предельно выворотно (с разворотом ног на 180°) и в I и во II позициях, поэтому допускается разворот ног на $160-170^\circ$.

3. Для выработки равновесия тела большую роль играют правильно поставленные руки, так как они выполняют роль регулятора равновесия.

В экзерсисе у станка и на середине зала на каждом уроке необходимо выполнять упражнения для рук, длительное время держа их в позициях. Это даст возможность закрепить правильное положение рук, сделает их более сильными.

4. Путем исполнения вспомогательных подготовительных упражнений можно добиться значительного улучшения стоп.

В экзерсисе при вытягивании стопы нужно соблюдать ряд правил: недопустим скос стопы, скрючивание ее, все пальцы должны быть сгруппированы, все мышцы направлены к среднему (третьему) пальцу, свод стопы вытянут и щиколотка напряжена.

Все указанные движения в экзерсисе у станка исполняются в I и II позициях.

Это связано с тем, что можно контролировать и легко устранять навал на большой палец – особенно в первой позиции, - тем самым добиваться устойчивого положения стопы на полу, а значит, и устойчивости тела.

5. Прыжки — самая трудная часть урока. Все, что вырабатывается экзерсисом, непосредственно связано с прыжками и во многом способствует их развитию. Но особенное внимание следует уделять самим прыжкам. В первом классе, прежде чем приступить к изучению прыжков, прорабатывается

экзерсис, в котором, как говорилось выше, приобретает постановка корпуса, выворотность ног, эластичность приседания и т. д., после чего начинается работа над прыжками. Лицом к палке разучиваются прыжки по I, II позициям. Затем они исполняются на середине зала.

Промежуточная аттестация

В конце первой и третьей четверти в 1-м классе проводятся зачетные уроки по общей физической подготовке, основам классического и детского танцам.

В конце первого полугодия – контрольный урок. В конце года – годовой экзамен. По результатам экзаменов каждый ученик либо переводится во второй класс либо остается на повторный курс обучения с программой первого класса. В отдельных случаях проводится беседа с родителями о необходимости прекратить занятия хореографией (при невладении важными физическими данными, психологических проблемах в учебном процессе). После сдачи экзаменов проводится отчетный концерт отделения. Учащиеся первых классов еще не задействованы в репертуаре, но необходимость посещения ими отчетного концерта отделения обоснована следующими причинами:

- 1) общее эстетическое воспитание учеников отделения;
- 2) понимание перспектив дальнейшего обучения;
- 3) участие в жизни своей школы.

Литература:

- Научно-популярное издание - «Балет. Уроки» Королевской академии танца. Англия.
- «Азбука классического танца» Н. Базарова, В. Мей.
- «Классический танец» Н. Базарова.
- «100 уроков классического танца» В. Костровицкая.
- «Историко-бытовой танец» М. Васильева-Рождественская.
- «Народно-сценический танец» К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер, Н. Толстая, Е. Фарманянц.
- «Азбука хореографии» Т. Барышникова.
- «Балет. Танец. Хореография» Н. Александрова.
- «Основы классического танца» А. Ваганова.

МБОУ ДОД «Детская школа искусств №6 г. Владивостока»



Директор МБОУ ДОД ДШИ №6
Коргунова Л.А.

ПРОГРАММА
2-Й КЛАСС ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ
классический танец

Составитель: Дроздова Н.С.,
преподаватель хореографических дисциплин
МБОУ ДОД ДШИ №6 г. Владивостока

Владивосток, 2012 г.

Пояснительная записка

Во 2-м классе ученики повторяют основные упражнения для усвоения принятой в классическом танце постановки корпуса, ног, рук и головы, продолжают развивать навыки координации на примере элементарных движений детского танца. Добавляются новые упражнения классического экзерсиза, требующие хорошего знания и понимания техники выполнения ранее изученных движений. Во втором классе все упражнения изучаются и отрабатываются лицом к станку, держась за него обеими руками, затем постепенно переносятся на середину.

В обязательном порядке продолжается работа над развитием профессиональных данных.

Ученики второго класса изучают следующие дисциплины:

1. классический танец,
2. народно-сценический танец,
3. сценическая практика - подготовка концертных номеров,
4. музыкальная литература
5. так же предполагается участие в воспитательно-познавательных и общественных мероприятиях – просмотр видеоматериалов, посещение концертов, балетных спектаклей и дальнейшее их обсуждение; участие в конкурсах, фестивалях, концертах.

Цели и задачи программы

1. Изучение основ классического танца, привитие правильности и точности исполнение каждого движения классического танца, начиная с постановки корпуса, рук, ног, головы.
2. Изучение элементов историко-бытового танца, развитие координации путем их комбинирования и составления несложных этюдов.
3. Развитие и совершенствование профессиональных данных.
4. Выработка активной реакции на музыку, умения вступать с началом фразы и заканчивать движение с ее окончанием.
5. Обеспечение гармоничного развития личности, активизация и развитие творческих способностей, образного мышления.

Тематический (учебный) план. 2-й класс.

Первая четверть.

Станок:

Закрепление пройденного материала.

- 1) Постановка корпуса по I и II позициям ног.
- 2) Demi plie по I и II позициям ног.
- 3) Grand plie по I и II позициям.
- 4) Releve по VI, I, II позициям.
- 5) Battement tendu в сторону, вперед, назад.
- 6) Demi rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- 7) Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- 8) Passe par terre.
- 9) Cou-de-pied (условное спереди, сзади, основное - обхват).
- 10) Releve lant на 45-90°.

Середина:

- 1) Постановка корпуса по I и II позициям ног.
- 2) Demi plie и grand plie по I и II позициям ног.
- 3) Releve по VI позиции.
- 4) Подготовительная, I, II, III позиции рук.
- 5) Трамплинные прыжки.
- 6) Temp leve saute по VI, I, II позициям. Echarpe из I на II.
- 7) Первое port de bras для рук.
- 8) Постановка корпуса по V позиции ног.

Историко-бытовой танец:

- Повторение пройденного материала,

- Сценический ход, марш, бег,
- Pas polca с sou-de-pied,
- Вальсовая дорожка (вперед, назад),
- Pas de-bascous,
- Полонез,
- Pas-de-grass,
- Pas-eleve. Pas (shasse) glisse.

Вторая четверть.

Станок.

- 1) Постановка корпуса по V позиции ног.
- 2) Grand battement tendu jete в сторону.
- 3) Battement tendu на 4/4.
- 4) Полный rond de jambe par terre на 2 такта.
- 5) Привод ноги в III позицию через I позицию ног вперед и назад.

Середина.

- 1) Releve на полупальцы по I и II позициям.
- 2) Положение allongee кистей рук во второй позиции.
- 3) Saute по I, II позиции ног.

Историко-бытовой танец.

- Вальсовый квадрат.
- Усложнение пройденного материала путем комбинирования изученных движений.

Третья четверть.

Станок.

- 1) Подготовка к en lair.
- 2) Releve lant вперед, назад (факультативно).

3) Grand battement jete вперед.

Середина.

1) Erolment в V позиции ног.

2) Releve lant вперед.

3) Saute на 1/4.

4) Echarpe на 2/4.

5) I port de bras с головой, на erolment.

Историко-бытовой танец.

- Erolment croise, efface.
- Pas chasse. Формы chasse.
- Pas balanse. Классический pas de baseucus.
- Полька.
- Полонез.

Четвертая четверть.

- Совершенствование и оттачивание исполнения всех основных движений классического exercise, проученных в чистом виде. Закрепление пройденного материала.
- Разучивание и отработка танцевальных этюдов, в которых комбинируются все основные движения историко-бытового танца.

Методические рекомендации

В младших классах закладываются основы балетного образования и осваивается большое количество новых движений.

На уроках первого класса и второго класса все программные движения разложены на музыкальные доли, и изменение музыкального темпа должно являться показателем технического совершенства исполнения движения.

Одно из основных требований методики классического танца – целенаправленное музыкальное воспитание.

Давая определенный темп, метр и ритмический рисунок, музыка выявляет и подчеркивает характерные особенности движения, помогает его исполнению и одновременно приучает учеников понимать соответствие между характером музыки и характером движения.

Все комбинации урока должны строиться с учетом музыкальной фразы (тактовой квадратности), начинаться и заканчиваться вместе с ней. Музыкальные фразы могут быть малые и большие: четыре такта, восемь, шестнадцать, тридцать два и т.д. Возможны построения комбинаций экзерсиса на полторы фразы: двенадцать тактов, двадцать четыре и т.д.

Во втором классе закрепляется понятие нумерации точек в классе, по которым определяют положение поз и направление движений по прямой, по диагонали и по кругу во время упражнений на середине зала.

Повторение пройденных упражнений в увеличенном количестве. Развитие силы ног и стопы путем изучения упражнений на полупальцах. Развитие координации движений.

Нагрузку в течение урока следует распределять равномерно во всех упражнениях. Если преподаватель находит необходимым увеличить количество повторений какого-либо движения, то следующее упражнение следует сократить, так как всякая физическая перегрузка вредна: она приводит к расслаблению мышечной системы и связок, в результате чего легко

повреждаются ноги.

Последовательность экзерсиса не должна быть случайной. В зависимости от степени трудности, следует учитывать полезное и логичное сочетание движений, не соединяя их комбинации только ради рисунка упражнения.

В младших классах рекомендуется подъем на низкие полупальцы, что дает большую возможность сохранять выворотность (еще не достаточно разработанную и закрепленную).

Промежуточная аттестация

В конце первой и третьей четверти в 1-м классе проводятся зачетные уроки по общей физической подготовке, основам классического и детского танцам.

В конце первого полугодия – контрольный урок. В конце года – годовой экзамен. Выставляются отдельно оценки по классическому танцу, историко-бытовому танцу и в конце года – по сценической практике. По результатам экзаменов каждый ученик либо переводится в третий класс либо остается на повторный курс обучения с программой второго класса. В отдельных случаях проводится беседа с родителями о необходимости прекратить занятия хореографией (при невладении важными физическими данными, психологических проблемах в учебном процессе). После сдачи экзаменов проводится отчетный концерт отделения.

Литература, используемая для методической работы:

- Научно-популярное издание - «Балет. Уроки» Королевской академии танца. Англия.
- «Азбука классического танца» Н. Базарова, В. Мей.
- «Классический танец» Н. Базарова.
- «100 уроков классического танца» В. Костровицкая.
- «Историко-бытовой танец» М. Васильева-Рождественская.
- «Народно-сценический танец» К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер, Н. Толстая, Е. Фарманянц.
- «Азбука хореографии» Т. Барышникова.
- «Балет. Танец. Хореография» Н. Александрова.
- «Основы классического танца» А. Ваганова.

МБОУ ДОД «Детская школа искусств №6 г. Владивостока»



Директор МОУ ДОД ДШИ №6

Коргунова Л.А.

ПРОГРАММА
3-Й КЛАСС ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ
классический танец

Составитель: Дроздова Н.С.,
преподаватель хореографических дисциплин
МБОУ ДОД ДШИ №6 г. Владивостока

Владивосток, 2013 г.

Пояснительная записка

В 3-м классе ученики повторяют основные упражнения для усвоения принятой в классическом танце постановки корпуса, ног, рук и головы, продолжают развивать навыки координации на примере элементарных движений детского танца. Добавляются новые упражнения классического экзерсиза, требующие хорошего знания и понимания техники выполнения ранее изученных движений. Во втором классе все упражнения изучаются и отрабатываются лицом к станку, держась за него обеими руками, затем постепенно переносятся на середину.

В обязательном порядке продолжается работа над развитием профессиональных данных.

Ученики третьего класса изучают следующие дисциплины:

1. классический танец,
2. народно-сценический танец,
3. сценическая практика - подготовка концертных номеров,
4. музыкальная литература
5. так же предполагается участие в воспитательно-познавательных и общественных мероприятиях – просмотр видеоматериалов, посещение концертов, балетных спектаклей и дальнейшее их обсуждение; участие в конкурсах, фестивалях, концертах.

Требования к методике проведения урока

Проведение урока классического танца требует от педагога внутренней собранности, профессиональной подготовки, умения выстроить как весь урок в целом, так и отдельные его части. Построение уроков одинаково для всех классов, с той лишь разницей, что в младших классах движения в основном исполняются в чистом виде или в простейших сочетаниях, комбинируются, как правило, только ритмически.

Урок состоит из экзерсиса у палки, экзерсиса на середине зала, *allegro*, экзерсиса на пальцах. Последовательность движений у палки: *plie*, *battement tendu*, *battement tendu jete*, *rond de jambe par terre*, *battement fondu*, *battement frappe*, *rond de jambe en l'air*, *petit battement sur le cou-de-pied*, *battement releve lent* или *battement developpe*, *grand battement jete*.

Упражнения на середине зала исполняются в той же последовательности, что и у палки. Если какие-либо элементы пропускаются на одном занятии, они должны быть обязательно включены в экзерсис следующего урока.

Начиная с 4-го класса в упражнения на середине зала вводится *adagio*. Далее следует *allegro*, и не менее одного раза в неделю делается экзерсис на пальцах, при этом *allegro* сокращается.

Урок завершается *port de bras*, оно восстанавливает дыхание, приводит организм в нормальное состояние.

Следует помнить, что после проучивания все упражнения выполняются с правой и левой ноги поочередно. Оптимальное и равномерное распределение нагрузки необходимо не только в отдельных частях урока, но и в самих упражнениях. Не следует перегружать учебные комбинации большим количеством приемов и различными элементами. Овладение техникой классического танца достигается путем отработки каждого упражнения, путем упорного систематического труда, что требует напряжения и силы воли, как со стороны учащихся, так и со стороны преподавателя.

В процессе занятий необходимо выработать у учащихся умение выполнять движение под музыку не схематично, а творчески воспринимать характер

музыкального сопровождения. Способность внимательно воспринимать музыку прививается с первого года обучения и является средством художественного воспитания в течение всего процесса обучения.

Для этого концертмейстер должен располагать разнообразными, доступными восприятию музыкальными примерами из классической музыкальной литературы.

Высокий музыкальный вкус преподавателя и концертмейстера обогащает учебный процесс, воспитывает и развивает творческую активность учащихся.

Тематический план

Основные задачи:

постановка ног, головы, корпуса в экзерсисе у станка и на середине. В элементарных композициях из движений экзерсиса и allegro учащиеся должны овладеть первоначальными навыками координации.

I четверть

экзерсис у станка:

1. Demi plie по 1,2,5 позициям на 2 такта 4/4 или на 1 такт 4/4 в медленном темпе, или на 4 такта $\frac{3}{4}$
2. Grand plie по 1 и 2 позициям на 2 такта 4/4
3. Battement tendu из 1 позиции во все направления на 4 такта 2/4
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans по $\frac{1}{4}$ круга на 2 такта 4/4
5. Battement releve lent на 45 из 1 позиции в стрну и вперед на 2 такта 4/4
6. Battement tendu jete (подготовка) из 1 позиции в сторону и вперед на 4 такта 2/4
7. Releve на полупальцы по 1, 2 позициям

Середина:

1. Позиции ног 1, 2, 5
2. Demi plie по 1,2, 5 позициям
3. Battement tendu из 1 позиции в сторону, вперед
4. Позиции рук: подготовительная, 1, 2,3
5. Первое port de bras

Allegro:

1. Трамплинные прыжки по 6 позиции
2. Temps leve soute по 1, 2 позициям (5 позиция факультативно)

II четверть

Экзерсис у станка:

1. Grand plie по 1, 2, 5 позициям на 2 такта 4/4.
2. Battement tendu из 5 позиции во все направления на 1 такт 2/4.
3. Battement tendu jete (подготовка) из 5 позиции во все направления на 2 такта 2/4.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на 1 такт 4/4.
5. Battement releve lent на 45 во все направления.
6. Положение ноги учебное sur le cou de pied и сзади (подготовка к frappe).
7. Положение корпуса боком к станку. Положение рук: на станке, в подготовительной, 1, 2 позициях. Preparation.

Середина:

1. Battement tendu из 1 позиции во все направления.
2. Battement tendu jete (подготовка) из 1 позиции во все направления.
3. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans по $\frac{1}{4}$ круга.

Allegro:

1. Temps leve soute по 1, 2, 5 позициям.
2. Pas echappe из 1 позиции.
3. Chagement de pied — факультативно.

III четверть

Все проученные движения исполняются боком к станку, держась одной рукой за палку. Свободная рука во время исполнения движений находится в подготовительной позиции. В отдельных движениях (Battement tendu, Demi plie) полезно чередовать 2 позицию рук с подготовительной.

Станок:

1. Demi plie по 1, 2, 5 позициям на 1 такт 4/4.
2. Battement tendu из 5 позиции во все направления на 2 такта 2/4.
3. Battement tendu jete (подготовка с броском и остановкой на носке после броска) из 5 позиции на 2 такта 2/4.
4. Battement tendu jete rique из 5 позиции на 2 такта 2/4.
5. Battement fondu стопой в пол (подготовка) во все направления на такта 4/4.
6. Battement frappe стопой в пол из 5 позиции во все направления на 2 такта 2/4.
7. Petit battement на 2 такта 2/4.
8. Battement releve lent на 45 из 5 позиции во все направления.
9. Grand battement jete в сторону лицом к станку.
10. Перегибы корпуса в сторону лицом к станку.

Середина:

1. Demi plie по 5 позиции.
2. Battement tendu из 5 позиции во все направления, то же с battement tendu jete.
3. Battement tendu jete из 1 позиции (подготовка) во все направления. По 5 позиции — факультативно.
4. Battement tendu в сторону с demi plie по 2 позиции с переходом с опорной ноги на рабочую.
5. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans по точкам на 2 такта 4/4.
6. Battement releve lent на 45 из 5 позиции во все направления.

7. Большая поза croisee вперед и назад.

Allegro:

1. Temps leve soute по 1, 2, 5 позициям.
2. Pas echarpe из 5 позиции.
3. Chagement de pied.

IV четверть

Все движения экзерсиса исполняются во все направления, держась одной рукой за палку. Свободная рука во всех движениях находится во 2 позиции, в подготовительной, исполняются различные port de bras. Отработка всех пройденных движений.

Станок:

1. Grand plie на 2 такта 4/4 (с port de bras факультативно).
2. Demi и grand plie по 4 позиции факультативно.
3. Battement tendu jete на 2 такта 2/4.
4. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans слитный на 1 такт 4/4 или 4 такта $\frac{3}{4}$ на demi plie (обводка).
5. Temp releve par terre (preparation).
6. Battement soutenu стопой в пол во все направления на 1 такт 4/4 по 5 позиции.
7. Battement fondu стопой в пол во все направления на 1 такт 4/4.
8. Battement frappe стопой в пол во все направления на 1 такт 2/4.
9. Battement releve lent на 90 из 5 позиции во все направления.
10. Rond de jambe en l'air (подготовка).
11. Grand battement jete во все направления с остановкой ноги на носок после броска по 5 позиции на 2 такта 2/4.
12. Releve на полупальцы на 1 такт 4/4 по 1,2, 5 позициям в комбинациях.
13. 3 port de bras без перегиба корпуса назад.
14. Pas de bourre с переменной ног en dehors et en dedans.
15. Eppolement efacee вперед и назад.

Середина:

1. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans слитный на на demi plie (обводка).
2. Battement fondu стопой в пол в сторону и вперед.
3. Battement frappe стопой в пол в сторону и вперед.

4. Battement releve lent на 65 из 5 позиции во все направления.
5. Основные позы (большие) croisee et efasce вперед и назад носком в пол.
6. 1 port de bras в комбинациях.
7. 2 port de bras.
8. 3 port de bras без перегиба корпуса назад с подъемом на полупальцы.

Пальцы:

1. Releve по 1, 2, 5 позициям на 4/4 и 2/4.
2. Pas echappe во 2 позицию на 4/4 и 2/4.
3. Pas de bourre suivi на месте, с продвижением по прямой линии и по диагонали.

P.S. Упражнения на пальцах вводятся с 3 четверти. Рекомендуется проучивание движений у станка.

Литература, используемая для методической работы:

- Научно-популярное издание - «Балет. Уроки» Королевской академии танца. Англия.
- «Азбука классического танца» Н. Базарова, В. Мей.
- «Классический танец» Н. Базарова.
- «100 уроков классического танца» В. Костровицкая.
- «Историко-бытовой танец» М. Васильева-Рождественская.
- «Народно-сценический танец» К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер, Н. Толстая, Е. Фарманянц.
- «Азбука хореографии» Т. Барышникова.
- «Балет. Танец. Хореография» Н. Александрова.
- «Основы классического танца» А. Ваганова.