

Министерство культуры Нижегородской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение
«Нижегородское театральное
училище (колледж) имени Е.А. Евстигнеева»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

УД.02.06 Тренаж классического танца

Специальность 52.02.01 Искусство балета

углубленной подготовки

Нижегород
2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета УД.02.06. Тренаж классического танца разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО), с учетом Рабочей программы воспитания по специальности 52.02.01 Искусство балета.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Нижегородское театральное училище (колледж) имени Е.А. Евстигнеева»

Разработчик:

Толстухина Т.В., преподаватель высшей квалификационной категории.

Оглавление

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	4
УД.02.06 ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА.....	4
1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:.....	4
1.2. Цель	
1.3. Планируемые результаты	
1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета.....	6
1.5. Основные виды учебных занятий.....	6
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УД.02.06 ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА... ..	7
2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы.....	7
2.2 Тематический план.....	7
2.3. Содержание учебного предмета УД.02.06 Тренаж классического танца.....	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	14
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	14
3.2 Информационное обеспечение обучения.....	14
3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ.....	14
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	14
5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	16
студентам по выполнению самостоятельной работы.....	16

**1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
УД.02.06 ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА
(базовый уровень)**

1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебный предмет УД.02 06. Тренаж классического танца относится к общеобразовательной подготовке, входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», изучается на базовом уровне.

1.2. Цель:

подготовка студентов к самостоятельной методической, практической работе в сфере танцевального искусства.

Задачи учебного предмета:

развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности в рамках интегрированной образовательной программы в области искусств по специальности искусство балета.

1.3. Планируемые результаты освоения предмета

Освоение содержания учебного предмета «Тренаж классического танца» обеспечивает достижение обучающимися следующих метапредметных результатов (М.00) и предметных результатов (П.00):

Код М, П	Формулировка результатов
М.01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
М.02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
М.03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
М.04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
М.05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
М.06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов
М.07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
М.08	Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства
М.09	Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ

	своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.
П.01	Владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью.
П.02	Владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности.
П.03	Владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов, активное применение их в профессионально-прикладной сфере.
П.04	Развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости).

Особое значение предмет имеет при формировании и развитии личностных результатов

Формулировка личностных результатов	Код личностных результатов
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	ЛР 3
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	ЛР 8

Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	ЛР 11
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	ЛР 12

В результате освоения учебного предмета студент *должен уметь*:

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

В результате освоения учебного предмета студент *должен знать*:

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

По окончании изучения предмета, выпускник должен овладеть следующей компетенцией:

Код компетенции	Наименование результата обучения
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 11.	Использовать результаты освоения предметной области «Искусство» основного общего образования в профессиональной деятельности.
ПК 1.6.	Сохранять и поддерживать внешнюю, физическую и профессиональную форму.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 106 часов,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 71 час;

самостоятельной работы обучающегося - 35 часов;

Форма итоговой аттестации – дифференцированный зачет.

1.5. Основные виды учебных занятий: практические занятия.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УД.02.06 ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	106
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	71
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
Итоговая аттестация в форме дифф. зачета	

2.2 Тематический план

п/п	Наименование темы	Кол – во часов
	1 курс 1 семестр	15
1.	Гимнастика по методике Б. Князева.	2
2.	Освоение элементов пальцевой техники.	2
3.	Упражнения для укрепления голеностопного сустава.	2
4.	Упражнения на развития равновесия и устойчивости.	2
5.	Упражнения на развитие прыжка.	2
6.	Элементы на развитие координации.	2
7.	Развитие устойчивости.	2
8.	Развитие эластичности и мягкости корпуса.	1
	1 курс 2 семестр	21
1.	Гимнастика по методике Б.Князева.	2
2.	Экзерсис на полу.	2
3.	Упражнения на развитие тазобедренного сустава.	2
4.	Упражнения на супинацию, пронацию.	2
5.	Силовые упражнения для мышц живота.	2
6.	Силовые упражнения для мышц спины.	2
7.	Повторение элементов пальцевой техники.	2
8.	Упражнения для укрепления голеностопного сустава.	2
9.	Упражнения на устойчивость.	2
10.	Упражнения на развитие прыжка.	2
11.	Элементы на развитие координации.	1
	2 курс 3 семестр	14
1.	Комплекс упражнений на развитие гибкости .	2
2.	Выполнение групп движений у станка и на середине зала.	2
3.	Упражнения на полу.	2
4.	Гимнастика по методике Б.Князева.	2
5.	Упражнения на развитие силы (укрепление мышц ног).	2
6.	Комплекс упражнений для развития прыжка.	2
7.	Упражнения на растягивание, развитие гибкости и выворотности (у станка).	2
	2 курс 4 семестр	21
1.	Упражнения на растягивание, развитие гибкости и выворотности (у станка).	2
2.	Упражнения на растягивание, развитие гибкости и выворотности (у	2

	станка).	
3.	Экзерсис на полу.	2
4.	Упражнения на выворотность.	2
5.	Упражнения на силу мышц стоп.	2
6.	Упражнения на правильную постановку корпуса.	2
7.	Развитие эластичности и мягкости корпуса.	2
8.	Упражнения на устойчивость.	2
9.	Упражнения на координацию движений.	2
10.	Выполнение групп движений у станка и на середине зала.	2
11.	Дифф. зачет	1
	Всего	71

2.3. Содержание учебного предмета УД.02.06 Тренаж классического танца

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1 класс I семестр		15	
Тема 1. Гимнастика по методике Б. Князева.	Выполнение комплекса упражнений, для введения организма в физическую форму после каникул по методике Б. Князева	2	2
Тема 2. Освоение элементов пальцевой техники.	Relevé на пальцах в VI позиции: а) на середине; б) с одновременным подъемом колена (лицом к станку). Переходы с полупальца на палец на двух ногах и поочередно. С перекатом через ребро пятка пуанта. Повороты в тазобедренном суставе из VI в I позицию и обратно. «Острый ход» на пальцах (выворотом, не выворотом). «Нажим на полупалец» - переход из вытянутой стопы в пуантах на полу (положение вперед, назад и в сторону) в положение полупалец.	2	2
Тема 3. Упражнения для укрепления голеностопного сустава.	Элементы работы стопы на отведение-приведение «Птичка» с балетной резиной. упражнения на цепкость пальцев ноги и укрепление лотеральных мышц стопы «ползунок». Relevé на пальцы в мягкой обуви. Relevé из отрицательного угла на полупалец (на возвышенность) «Ступенька»	2	2
Тема 4. Развитие устойчивости.	Развитие баланса, (16 тактов). Releve, с различным положением работающей ноги (cou-de-pied, arabesques и т.д) с последующей длительной фиксацией позы на полупальцах	2	2
Тема 5. Упражнения на развитие прыжка.	Temps sauté у палки. На двух, на одной. Pas jeté. «Многоскоки у палки» мелкие толчковые прыжки с быстрого толчка и многоскоки, основанные на программных элементах классического танца: ouvert, ballonné, fermé; все виды заносок по данному году обучения; Pas échappé, temps levé.	2	2
Тема 6. Элементы на развитие координации.	Фигурные перестроения на полупальцах и пальцах в различных стилистических и темповых вариантах (вальс, полька, полонез и пр.). «Улитка», «Змейка», «Колонна» (1-4-6-8), «Ворота», «Гребень» («Прочес»). «Круг»-«Восьмерка», «Звездочки».	2	2
Тема 7. Развитие устойчивости.	Развитие баланса, (16 тактов). Relevé, с различным положением работающей ноги (cou-de-pied, arabesques и т.д) с последующей длительной фиксацией позы на полупальцах.	2	
Тема 8. Развитие эластичности и	Работа над эластичностью плечевого сустава: прокрутки плечевого сустава вперед	1	

мягкости корпуса.	и назад – полный круг через голову. Касание рук о пол сцепленных за спиной в складке. «Волны» корпусом и отдельно – руками. Различные Port de bras в корпусе основанные на программных элементах классического танца.		
	1 курс II семестр	21	2
Тема 1. Гимнастика по методике Б. Князева.	Выполнение комплекса упражнений, для введения организма в физическую форму после каникул по методике Б. Князева	2	2
Тема 2. Экзерсис на полу.	Правила соблюдения техники безопасности при выполнении тренажа. Battements tendus: комплекс с увеличением объема и темпа. Battements relevés lents на 45° и на 90° с I и с V позиции в сторну, вперед, назад. Grands battements jetés с I и V позиции с захватом кистью стопы у головы (вперед, в сторону, назад).	2	2
Тема 3. Упражнения на развитие тазобедренного сустава.	Переход в тазобедренном суставе с левого шпагата на правый через поперечный шпагат без отрыва от пола тазовых костей. Rond de jambe par terre махом (en dehors и en dedans): Из положения сидя обе ноги вытянуть вперед. промахнуть правой ногой назад полный круг до положения шпагата с левой ноги. Тоже промахнуть обратно. Gr. Rond с последующим fouetté сидя на полу: промахнуть правой ногой назад полный круг до положения шпагата с левой ноги. Затем исполнить переход fouettés в тазобедренном суставе с левого шпагата на правый через поперечный шпагат без отрыва от пола тазовых костей.	2	2
Тема 4. Упражнения на супинацию, пронацию.	Супинация – пронация ноги на 45-90°, а также при захвате рукой на уровне головы. Поворот fouetté с ногой лежащей на палке с пронацией работающей ноги на основных фазах движения. Работа над эластичностью плечевого сустава: прокрутки, складка с касанием рук полом за головой (руки в замке за спиной)	2	2
Тема 5. Силовые упражнения для мышц живота.	Упражнения на нижний отдел пресса («Цифры», заноски, под углом 45°) Упражнения на косые мышцы пресса. Упражнения на мышцы диафрагмы.	2	2
Тема 6. Силовые упражнения для мышц спины.	«Березка» с перегибами под лопаточной частью. Упражнение в парах: лежа на животе, подъем корпуса до 90°. Партнер придерживает за колени. (50 раз) (руки за головой, ноги в выворотном положении наклоны от лопаток в бок). «Хвост скорпиона». Бросок ноги из положения лежа, на животе, с касанием противоположной кисти руки.	2	2
Тема 7. Повторение элементов пальцевой техники.	Relevé на пальцах в VI позиции: а) на середине; б) с одновременным подъемом колена (лицом к станку). Переходы с полупальца на палец на двух ногах и поочередно. С перекатом через ребро пятка пуанта. Повороты в тазобедренном суставе из VI в I позицию и обратно.	2	2

Тема 8. Упражнения для укрепления голеностопного сустава.	Элементы работы стопы на отведение-приведение «Птичка» с балетной резиной. упражнения на цепкость пальцев ноги и укрепление лотеральных мышц стопы «ползунок». Relevé на пальцы в мягкой обуви. Relevé из отрицательного угла на полупалец (на возвышенность) «Ступенька».	2	2
Тема 9. Упражнения на устойчивость.	Стоя на колене, relevés lents на 45° и на 90° в сторону, вперед, назад. rond на на 45° и на 90° (en dehors и en dedans). Развитие баланса, (16 тактов) с изменением положения корпуса и позы, сохраняя апломб. Relevé, с различным положением работающей ноги (cou-de-pied, arabesques и т.д) с последующей длительной фиксацией позы на полупальцах.	2	2
Тема 10. Упражнения на развитие прыжка.	«Многоскоки у палки» мелкие толчковые прыжки с быстрого толчка и многоскоки, основанные на программных элементах классического танца: ouvert, ballonné, fermé; все виды заносок по данному году обучения; Pas echappé, temps levé. Temps sauté у палки. На двух, на одной. Pas jeté.	2	2
Тема 11. Элементы на развитие координации.	Сложные темпо-ритмические комбинации у палки на середине, основанные на программе классического танца данного года обучения. Комбинации на изменение траектории движения, основанные на программе классического танца данного года обучения. Сложные темпо-ритмические комбинации на пальцах и в разделе allegro, основанные на программе классического танца данного года обучения.	1	2
2 курс III семестр		14	2
Тема 1. Комплекс упражнений на развитие гибкости	Правила соблюдения требований безопасности при выполнении тренажа классического танца. Выполнение комплекса упражнений.	2	2
Тема 2. Комплекс упражнений на развитие шага	Выполнение комплекса упражнений на развитие шага (на основе пройденного материала)	2	2
Тема 3. Упражнения на полу.	Правила соблюдения техники безопасности при выполнении тренажа. Battements tendus: комплекс с увеличением объема и темпа. Battements relevés lents на 45° и на 90° с I и с V позиции в сторону, вперед, назад. Grands battements jetés с I и V позиции с захватом кистью стопы у головы (вперед, в сторону, назад).	2	2
Тема 4. Гимнастика по методике Б. Князева.	Выполнение комплекса упражнений, для введения организма в физическую форму после каникул по методике Б. Князева	2	2
Тема 5. Упражнения на развитие силы (укрепление мышц ног).	Выполнение комплекса упражнений.	2	2
Тема 6. Комплекс упражнений для развития прыжка.	Выполнение комплекса упражнений.	2	2
Тема 7. Упражнения на растягивание,	Переход в тазобедренном суставе с левого шпагата на правый, через поперечный	2	2

развитие гибкости и выворотности (у станка).	шпагат, без отрыва от пола тазовых костей. Касание рук о пол, сцепленных за спиной в складке. «Волны» корпусом и отдельно – руками.		
	2 класс IV семестр	30	
Тема 1. Упражнения на растягивание, развитие гибкости и выворотности (у станка).	Переход в тазобедренном суставе с левого шпагата на правый, через поперечный шпагат, без отрыва от пола тазовых костей. Касание рук о пол сцепленных за спиной в складке. «Волны» корпусом и отдельно – руками.	2	2
Тема 2. Упражнения на растягивание, развитие гибкости и выворотности (у станка).	Rond de jambe par terre махом (en dehors и en dedans): из положения сидя обе ноги вытянуть вперед, промахнуть правой ногой назад полный круг до положения шпагата с левой ноги. Тоже промахнуть обратно.	2	2
Тема 3. Экзерсис на полу.	Правила соблюдения техники безопасности при выполнении тренажа. Battements tendus: комплекс с увеличением объема и темпа. Battements relevés lents на 45° и на 90° с I и с V позиции в сторону, вперед, назад. Grands battements jetés с I и V позиции с захватом кистью стопы у головы (вперед, в сторону, назад).	2	2
Тема 4. Упражнения на выворотность.	Grand rond с последующим fouetté. Сидя на полу: промахнуть правой ногой назад полный круг до положения шпагата с левой ноги. Затем исполнить переход fouetté в тазобедренном суставе с левого шпагата на правый, через поперечный шпагат, без отрыва от пола тазовых костей.	2	2
Тема 5. Упражнения на силу мышц стоп.	Медленное relevé на полупальцы и апломб до 30 сек. Во всех позициях: а) на середине; б) с положением ноги на passé (лицом к станку и на середине). Relevé на пальцы в мягкой обуви у станка. Различные переходы на Cou –de-pied из 5 и 1 позиций. Различные варианты rond с работой стопы на малой амплитуде движения.	2	2
Тема 6. Упражнения на правильную постановку корпуса.	Различные Port de bras в корпусе основанные на программных элементах классического танца	2	2
Тема 7. Развитие эластичности и мягкости корпуса	Работа над эластичностью плечевого сустава: прокрутки плечевого сустава вперед и назад – полный круг через голову. Касание рук о пол сцепленных за спиной в складке. «Волны» корпусом и отдельно – руками. Различные Port de bras в корпусе основанные на программных элементах классического танца.	2	2
Тема 8. Упражнения на устойчивость.	Стоя на колене, relevés lents на 45° и на 90° в сторону, вперед, назад rond на на 45° и на 90° (en dehors и en dedans). Развитие баланса, (16 тактов) с изменением положения корпуса и позы, сохраняя апломб. Relevé, с различным положением работающей ноги (cou-de-pied, arabesques и т.д) с последующей длительной фиксацией позы на полупальцах.	2	2
Тема 9. Упражнения на координацию	Сложные темпо-ритмические комбинации у палки на середине, основанные на	2	2

движений.	программе классического танца данного года обучения. Комбинации на изменение траектории движения, основанные на программе классического танца данного года обучения. Сложные темпо-ритмические комбинации на пальцах и в разделе allegro, основанные на программе классического танца данного года обучения.		
Тема 10. Выполнение групп движений у станка и на середине зала.	Индивидуальный комплекс движений, подобранный по анатомо-физиологическому принципу с учетом индивидуальных особенностей.	2	2
Тема 11. Дифф. зачет		1	2
	Всего	71	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

балетный зал площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющий пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;

музыкальный инструмент (фортепиано) в балетном классе; помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал); костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений; раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

Базарова, Н. П. Азбука классического танца [Текст] / Н. П. Базарова, В. П. Мей.- Санкт-Петербург: Лань, 2006. - 240 с.

2. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. - Санкт-Петербург-Москва: Лань, 2007. - 192 с.

3. Звездочкин, В. А. Классический танец [Текст] / В. А. Звездочкин. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. - 416 с.

4. Нарская, Т. Б. Классический танец [Текст]: учеб. метод. пособие / Т. Б. Нарская. - Челябинск : ЧГАКИ, 2005. - 154 с.

5. Тарасов, Н. И. Классический танец: Школа мужского исполнительства [Текст] /Н. И. Тарасов. - Санкт-Петербург - Москва: Лань, 2005. - 512 с.

Дополнительная литература:

1. Базарова, Н. П. Азбука классического танца [Текст] / Н. П. Базарова, В. П. Мей.- Санкт-Петербург: Лань, 2006. - 240 с.

2. Базарова, Н. П. Классический танец [Текст] / Н. П. Базарова. - Ленинград: Искусство, 1975. - 184 с.

3. 1. Балет [Текст]: энцикл. / гл. ред. Ю. Н. Григорович. - Москва: Сов. энцикл., 1981. - 623 с.2. Блок, Л. Д. Классический танец: История и современность [Текст] / Л. Д. Блок. - Москва: Искусство, 1987. - 556 с.

4. Ваганова, А. Я. Основы классического танца [Текст] / А. Я. Ваганова. - Санкт-Петербург-Москва: Лань, 2007. - 192 с.

3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения	
<ul style="list-style-type: none"> - создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; - осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль режима физической нагрузки; - соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений; - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения. 	<p style="text-align: center;">Оценка результатов выполнения практической работы. Оценка в рамках текущего контроля результатов, выполнения индивидуальных контрольных заданий.</p>
Знания	
<ul style="list-style-type: none"> - роль тренажа классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни; - требования получаемой профессии к физической подготовленности обучающегося; - основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств. 	<p style="text-align: center;">Оценка за устный индивидуальный опрос Тестирование.</p>

5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ студентам по выполнению самостоятельной работы

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению, но с учетом рекомендаций преподавателя. Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы дисциплины, которая содержит основные требования к знаниям, умениям и владениям обучаемых. Обязательно следует помнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочного занятия, а затем – приступить к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном рабочей программой дисциплины

Самостоятельная работа N 1. Тема «Источники изучения дисциплины»

Цель работы: освоить основы теории классического танца.

Задание и методика выполнения: составить список литературных источников, необходимых для успешного освоения программного материала по классическому танцу. В рабочих тетрадях составить список нормативных документов, учебных пособий, методических разработок. В тексте использовать маркеры. Проиллюстрировать списки сканированными обложками и оглавлениями.

Самостоятельная работа N 2 (и все последующие) Тема «Составление учебных комбинаций согласно году обучения»

Цель работы: развить умение составления учебных комбинаций.

Задание и методика выполнения: на основе материала, пройденного на практических занятиях и, изучив назначение движения и его методическое исполнение, составить учебную комбинацию с учетом года обучения и физической подготовки исполнителя. Продемонстрировать комбинацию можно личным показом, либо предоставить запись в рабочей тетради.