

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 .....	3
УД.02.06 ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА.....	3
1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы: .....	3
1.2. Цель	
1.3. Планируемые результаты	
1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета.....	5
1.5. Основные виды учебных занятий.....	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УД.02.06 ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА ..	6
2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы.....	6
2.2 Тематический план .....	6
2.3. Содержание учебного предмета УД.02.06 Тренаж классического танца .....	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	13
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....	13
3.2 Информационное обеспечение обучения.....	13
3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ .....	13
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	13
5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ .....	15
студентам по выполнению самостоятельной работы .....	15

**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):

<b>Код М, П</b>	<b>Формулировка результатов</b>
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

<b>Формулировка личностных результатов</b>	<b>Код личностных результатов</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	<b>ЛР 1</b>
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	<b>ЛР 2</b>
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	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	<b>ЛР 4</b>
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	<b>ЛР 5</b>
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>
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	<b>ЛР 8</b>

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	<b>ЛР 9</b>
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	<b>ЛР 11</b>
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	<b>ЛР 12</b>

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:

<b>Код компетенции</b>	<b>Наименование результата обучения</b>
<b>ОК 1.</b>	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
<b>ОК 2.</b>	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
<b>ОК 8.</b>	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
<b>ОК 11.</b>	Использовать результаты освоения предметной области «Искусство» основного общего образования в профессиональной деятельности.
<b>ПК 1.6.</b>	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
	<b>1 курс 1 семестр</b>	<b>15</b>
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
	<b>1 курс 2 семестр</b>	<b>21</b>
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
	<b>2 курс 3 семестр</b>	<b>14</b>
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
	<b>2 курс 4 семестр</b>	<b>21</b>
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
	<b>Всего</b>	<b>71</b>

### 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
	<b>1 класс I семестр</b>	<b>15</b>	
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.	Releve 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 (выворотно, не выворотно). «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 латеральных мышц стопы «ползунок». Releve на пальцы в мягкой обуви. Releve 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 soule у палки. На двух,на одной. Pas jete. «Многоскоки у палки» мелкие толчковые прыжки с быстрого толчка и многоскоки, основанные на программных элементах классического танца: ouverte, ballonne, fermee; все виды заносок по данному году обучения; Pas echange, temps leve.	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). Releve, 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 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	1	



	складке. «Волны» корпусом и отдельно – руками. Различные Port de bras в корпусе основанные на программных элементах классического танца.		
	<b>1 курс II семестр</b>	<b>21</b>	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 releves lents на 45 <sup>0</sup> и на 90 <sup>0</sup> с I и с V позиции в сторону, вперед, назад. Grands battements jetes 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 fouettes Сидя на полу: промахнуть правой ногой назад полный круг до положения шпагата с левой ноги. Затем исполнить переход fouettes 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 <sup>0</sup> , а также при захвате рукой на уровне головы. Поворот fouettes 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 <sup>0</sup> ) 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 <sup>0</sup> . 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.	Releve 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	Элементы работы стопы на отведение-приведение «Птичка» с балетной резиной.	2	2

голеностопного сустава.	упражнения на цепкость пальцев ноги и укрепление латеральных мышц стопы «ползунок». Releve на пальцы в мягкой обуви. Releve из отрицательного угла на полупалец (на возвышенность) «Ступенька»		
Тема 9. Упражнения на устойчивость.	Стоя на колене, releves lents на 45 <sup>0</sup> и на 90 <sup>0</sup> в сторону, вперед, назад. rond на на 45 <sup>0</sup> и на 90 <sup>0</sup> (en dehors и en dedans). Развитие баланса, (16 тактов) с изменением положения корпуса и позы, сохраняя апломб. Releve, с различным положением работающей ноги (sou-de-pied, arabesgues 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: ouverte, ballonne, fermee; все виды заносок по данному году обучения; Pas echappe, temps leve. temps soute у палки. На двух, а одной. Pas jete.	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
	<b>2 курс III семестр</b>	<b>14</b>	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 releves lents на 45 <sup>0</sup> и на 90 <sup>0</sup> с I и с V позиции в сторону, вперед, назад. Grands battements jetes 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, развитие гибкости и выворотности (у	Переход в тазобедренном суставе с левого шпагата на правый, через поперечный шпагат, без отрыва от пола тазовых костей. Касание рук о пол, сцепленных за	2	2

станка).	спиной в складке. «Волны» корпусом и отдельно – руками.		
	<b>2 класс IV семестр</b>	<b>30</b>	
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 releves lents на 45° и на 90° с I и с V позиции в сторону, вперед, назад. Grands battements jetes с I и V позиции с захватом кистью стопы у головы (вперед, в сторону, назад).	2	2
Тема 4. Упражнения на выворотность.	Gr. Rond с последующим fouettes. Сидя на полу: промахнуть правой ногой назад полный круг до положения шпагата с левой ноги. Затем исполнить переход fouettes 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 Releve 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). Releve 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, releves 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. Releve, 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 движений.	Сложные темпо-ритмические комбинации у палки на середине, основанные на программе классического танца данного года обучения. Комбинации на изменение	2	2

	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

### 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, просмотровый 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. 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
<b>Умения</b>	
- 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;	Оценка результатов выполнения практической работы. Оценка в рамках текущего контроля результатов, выполнения индивидуальных

<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;</li> <li>- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения.</li> </ul>	<p>контрольных заданий.</p>
<p><b>Знания</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- роль тренажа классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни;</li> <li>- требования получаемой профессии к физической подготовленности обучающегося;</li> <li>- основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств.</li> </ul>	<p>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 – приступать 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.

5