Е.В. Георгиу

Элективная дисциплина «Физическая культура и спорт»: Народный танец

АДМИНИСТРАЦИЯ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО КУЛЬТУРЕ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ИСКУССТВ»

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной и воспитательной работе _____ Е.В. Горбылева

«_____» _____ 20____г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 052a556b0039ad5f8c4f749b3ade26ca30
Владелец: Подгузова Елена Евгеньевна
Действителен: с 31.05.2021 по 31.05.2022

Обсуждена на заседании кафедры:

Зав. кафедрой _____ / С.П.Цаплина
Протокол № _____
от «_____» _____ 20____г.

Е.В. ГЕОРГИУ

Элективная дисциплина «Физическая культура и спорт»: Народный танец

рабочая программа дисциплины для обучающихся по направлению 51.03.02 Народная художественная культура, **направленности (профилю) –** Руководство любительским хореографическим коллективом. Преподавание специальных дисциплин; **форме обучения:** очной

Смоленск

2021

1. **Цели освоения дисциплины.**

Совершенствование физической подготовки, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие силы, выносливости, укрепление вестибулярного аппарата, привитие навыков сочинения и проведения уроков народного танца.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Является частью профессиональных дисциплин профильной подготовки обязательной части Блока дисциплины (модули)» учебного плана.

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате изучения дисциплины обучающийся должен

Знать: основы и правила здорового образа жизни; - значение физической культуры и спорта в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий.

Уметь: - вести здоровый образ жизни, поддерживать уровень физической подготовки; самостоятельно заниматься физическими упражнениями и в спортивных секциях с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корригирующей направленностью; составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью.

Владеть: - навыками организации здорового образа жизни и спортивных занятий; - способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений и спорта.

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 118 часов.

№ п/п	**Раздел дисциплины**	**семестр**	**недели**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)**				**Формы текущего контроля успеваемости. Форма промежуточной аттестации (по семестрам)**
				л	с	п	срс	
	Раздел 1. Упражнения на середине зала на материале русского танца. Народно-сценический тренаж	1 2	16 18	-		16 18	-	Зачёт
	Раздел 2. Народно-сценический тренаж. Комбинации движений народного танца на середине	3 4 5 6 7	18 18 18 12 18	-	-	24	-	Зачёт
	Раздел 3. Техника исполнения в народной хореографии.	3,4,5,6.7	36	-		22	-	Зачёт
	Радел 4. Дроби, вращения, прыжки в народной хореографии, манера исполнения	4,5,6.7	30	-	-	16	-	Зачет

	народных танцев							
	Раздел 5. Сочинение и проведение уроков народного танца	5,6.7	23	-	-	22	-	Зачёт
	Итого: 118					118		

5. Образовательные технологии

При организации учебной деятельности используются как традиционные педагогические технологии, так и образовательные технологии, активизирующие деятельностный подход обучающихся к профессиональному образованию. Среди них проблемное обучение, тематические дискуссии, семинары «Круглый стол», моделирование и анализ конкретных ситуаций, деловые и ролевые игры, создание творческих проектов, встречи со специалистами социально-культурной сферы (руководители сферы культуры и непосредственные организаторы социально-культурной деятельности на местах), а также репродуктивный, реконструктивный и творческий уровни самостоятельной работы.

Практические занятия обеспечивают развитие и закрепление умений и навыков постановочной работы, а также принятия наиболее эффективных решений в создании хореографической постановки.

5.1. Содержание дисциплины

Раздел / тема	**Количество часов по очной форме обучения**				
	Всего	**Лекций**	**Семинаров**	**Практических**	**Самостоятельная работа студента**
Раздел 1. Упражнения на середине зала на материале русского танца. Народно-сценический тренаж					
Тема 1.Элементы русского танца: ковырялочки, моталочки, веревочка.	16	-	-	16	-
Тема 2. Элементы народно-сценического тренажа	18	-	-	18	-
Раздел 2. Комбинации движений народного танца на середине					
Тема 3. Комбинации движений белорусского, татарского, украинского, латышского народного танца	8	-	-	8	-
Тема 4. Комбинации движений молдавского, венгерского, польского, испанского танца	8	-	-	8	-
Раздел 3. Техника исполнения в народной хореографии.	8	-	-	8	-
Тема 5. Комбинации движений различных национальностей на координацию, выносливость, танцевальность.	8	-		8	-
Тема 6. Ходы, проходки в русском танце, хлопушки, присядки.	8	-	-	8	-
Раздел 4. Дроби, вращения, прыжки в народной хореографии, манера исполнения народных танцев	8	-	-	8	-
Тема 7. Дробные выстукивания и дроби, прыжки в	8	-	-	8	-

национальных танцах					
Тема8. Вращения в народных танцах.	6	-	-	6	-
Раздел 5. Сочинение и проведение уроков народного танца					
Тема 9. Физическая и художественная основы народной танцевальной комбинации**.**	8	-	-	8	-
Тема 10. Проведение народно-сценического тренажа	14	-	-	14	-
Итого:	118			118	

Лекционные занятия
Не предусмотрены

5.2. Практические занятия

Раздел 1. Упражнения на середине зала на материале русского танца.
Народно-сценический тренаж.
Тема 1. Элементы русского танца: ковырялочка, моталочка, веревочка.
«Ковырялочка»: без подскоков; с подскоками, в повороте
«Веревочка»: простая; двойная; простая и двойная с переступанием.
«Моталочка»: на полупальцах; на всей стопе (мужской класс), двойная
Тема 2. Элементы народно-сценического тренажа
1. Приседания.
2. Упражнение на развитие подвижности стопы.
3. Маленькие броски.
4. Круговые движения ногой по полу или по воздуху.
5. Каблучные упражнения.
6. Низкие и высокие развороты ноги.
7. Дробные выстукивания.
8. Подготовка к веревочке.
9. Раскрывание ноги на 90.
10. Большие броски

Раздел 2. Комбинации движений народного танца на середине
Тема 3. Комбинации движений белорусского, татарского, украинского, латышского народного танца.
Основные ходы, подбивки, присядки, соскоки и перескоки, притопы белорусского танца
Ходы, положения рук, бег, «ёлочка» верёвочка, падебаск, «ножницы», присядки в татарском танце.
Положения рук, ходы украинского танца. Движения: «верёвочка, «выхилясник», «Дорожка», «упадание», «голубцы», «тынок» в украинском танце.
Латышский танец: простой шаг, лёгкий бег, галоп, шаг с подскоком, подскоки, полька.
Тема 4. Комбинации движений молдавского, венгерского, польского, испанского танца.
Молдавский танец: основные ходы, боковой ход, «дорожка», перескоки накрест, «подсечка».
Венгерский танец: ход вперёд с выбросом и разворотом ноги, шаги с приставкой и полуприседаниями, «голубцы». «ключи», «верёвочка.
Польский танец: разнообразие фигур «Мазурки», па-де-бурре, «Голубцы», галоп.
Испанский танец: упражнения по вращению кистями рук, простые и сложные дроби (сапатеадо), мелкие дроби с пробежкой.
Раздел 3. Техника исполнения в народной хореографии.
Тема 5. Комбинации движений различных национальностей на координацию, выносливость, танцевальность
Сложные элементы итальянского танца: соскоки в arabesque, emboite, pas de basque.
Сложные элементы болгарского танца: дробинска, пружинка, нарисане, «ножницы».
Тема 6. Ходы, проходки в русском танце, хлопушки, присядки.
Ходы: сценический, переменный, с выносом ноги, шаркающий шаг, боковые шаги, припадание, гармошка.
Хлопушки: удары по колену, по голеностопу, комбинации хлопушек.
Присядки: с выносом ноги вперед, в сторону, разножка в свободных и параллельных позициях, комбинации присядок.
Раздел 4. Дроби, вращения, прыжки в народной хореографии, манера исполнения народных танцев
Тема 7. Дробные выстукивания и дроби, прыжки в национальных танцах.

Сапатеадо в испанском танце, дробные комбинации в русском танце, дроби в татарском танце. Многообразие прыжков в венгерском, итальянском, украинском танце.
Тема 8. Вращения в народных танцах.
«Голубцы» в повороте в украинском танце, вращения по кругу, по диагонали, на месте в русском танце, вращения в арабеск в итальянском танце, мужские вращения в танцах народов Кавказа.
Раздел 5. Сочинение и проведение уроков народного танца

Тема 9. Физическая и художественная основы народной танцевальной комбинации**.**
При сочинении комбинации учитывать: физическую нагрузку на исполнителей, логическое сочетание движений, манеру исполнения национального танца.
Тема 10. Проведение народно-сценического тренажа.
Студенты сочиняют движения народно-сценического тренажа, комбинации движений на середине зала, этюды на материале пройденных национальностей народного танца.

5.3. Семинарские занятия Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа. Не предусмотрена

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.

Вопросы зачета 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

Примерные критерии оценки: 1. Творческие способности и их реализация в изучении классического экзерсиса; 2. Способность креативно и быстро мыслить; 3. Знание методики изучения и исполнения движений народно-сценического тренажа танца 4. Знание манеры исполнения народных танцев. 5. Развитие физических способностей. 6. Умение логически сочинять комбинации у станка и на середине зала. 7. Умение показать сочиненные комбинации студентам и добиваться их правильного исполнения. 8. Владеть техникой исполнения движений народного танца, прыжков, вращений.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

7.1. Рекомендуемая литература

7.1.1. Основная литература

1. Борзов А. Народно-сценический танец. – М., 1987.
2. Власенко Г. Сочинение танцевальных комбинаций. Методическое пособие. – М., 1986.
3. Власенко Г. Танцы народов Поволжья. – Самара: Изд-во Сам. ун-та, 1992.
4. Гуменюк А. Народное хореографическое искусство Украины. – Киев, 1968.
5. Зацепина К., Климов А., Рихтер К., Толстая Н., Фарманянц Е. Народно-сценический танец. – М.: Искусство, 1976.
6. Иноземцев Г. Народные танцы. – М., 1971.
7. Климов А. Основы русского народного танца. – М.: Искусство, 1981.
8. Курбет В., Мардарь М. Молдавские народные танцы. – Кишинев, 1969.
9. Лопухов Ю., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. – Л.-М., 1959.
10. Стукалина Н. Четыре экзерсиса. – М.: Изд-во РТО, 1972.
11. Ткаченко Т. Народный танец. – М.: Искусство, 1967.
12. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. – М.: Искусство, 1996.

7.1.2. Дополнительная литература

1. Богаткова Л. Танцы разных народов. - М.: Молодая гвардия, 1958.
2. Васильева Е. Танец. – М.: Искусство, 1968.
3. Венгерская рапсодия. /Под ред. Л. Тарр. – Будапешт, 1959.
4. Гасапов К. Азербайджанский народный танец. – М.: Искусство, 1978.
5. Гаспаров Ф. Башкирские танцы. – Уфа, 1978.
6. Гребенщиков С. Белорусские танцы. – Минск: Наука и техника, 1978.
7. Захаров Р. Работа балетмейстера с исполнителями. – М., 1967.
8. Каримова Р. Ферганский танец. – Ташкент, 1973.
9. Каримова Р. Хорезмский танец. – Ташкент, 1975.

10. Клармунт А., Альбайсин Ф. Искусство танца Фламенко. – М.: Искусство, 1986.
11. Малый В. Народные танцы Карелии. – Петрозаводск: Карелия, 1978.
12. Народно-сценический танец: Метод. разработка для хореографических отделений ДМШ и ДШИ. – М., 1987.
13. Северная кадриль. – Петрозаводск: Карелия, 1977.
14. Сунна Х. Латышский народный танец. – М.: Искусство, 1983.
15. Тагиров В. Татарские танцы. – Казань, 1984.
16. Ткаченко Г. Вьетнамская народная хореография. – М.: Искусство, 1975.
17. Ткаченко Т. Народные танцы. – М.: Искусство, 1975.

7.2. Средства обеспечения освоения дисциплины
7.2.1. Методические материалы и материалы по видам занятий

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ КУРСА ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

В системе высшего образования дисциплина народный таец является основной и сложной формой профессиональной хореографии. Народный танец постоянно обогащается новыми пластическими формами, способствует эффективности образовательного, воспитательного и художественного творческого процесса в подготовке специалистов в области хореографического искусства

Изучение народно-сценического танца способствует расширению кругозора студентов, развивает их художественный вкус. Занятия народно-сценическим танцем являются для обучающихся возможностью овладеть характером и манерой исполнения танцев разных народов, фундаментом для овладения другими видами танца, способствуют укреплению всего опорно-двигательного и мышечного аппарата.

Любое физическое действие – цепь взаимосвязанных между собой физических движений, то есть большая пластическая фраза. Важно, чтобы физическое действие было осознанным, выполнялось правильно и, главное – не вредило здоровью. Существует несколько правил, которых необходимо придерживаться при составлении комплексов упражнений для каждого занятия: при постановке учебных целей и задач необходимо помнить: главная задача – не навредить здоровью обучающихся; сложность упражнений должна быть соразмерна возрасту и уровню развития обучающихся; должно учитываться состояние здоровья каждого обучающегося, при необходимости должна быть проведена консультация с врачом; комплекс должен начинаться с более простых подготовительных упражнений и заканчиваться упражнениями на релаксацию (расслабление и восстановление). Существует необходимость познавать природу ученика, создавать атмосферу свободы, доверия и доброжелательства, ни в коем случае не навязывая своих взглядов и принципов.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ КУРСА ДЛЯ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Успешное освоение материала курса возможно лишь при систематической работе в соответствии с РПД. Поможет в этом и серьезное изучение ряда дисциплин (Классический танец, Основы государственной культурно политики РФ, Культурология, История хореографического искусства, Информационные технологии, Мастерство хореографа). Освоение курса облегчено постоянно обновляемыми информационно-правовыми системами и изданием учебной литературы по классическому танцу. Она указана в списках основной и дополнительной литературы. При подготовке к любым видам занятий, читая и конспектируя источники, необходимо выделять спорные моменты, противоположные точки зрения в методике преподавания классического танца.

В процессе обучения студент осознает социальную значимость своей будущей профессии, познает исторический процесс становления и развития системы обучения народному танцу, осваивает систему, принципы развития психофизического и двигательного аппарата хореографа, а также принципы музыкального оформления урока

народного классического танца, приобретает навыки сочинения комбинаций и этюдов разных национальностей танца, основ педагогической деятельности в классе хореографии.

Одним из решающих условий качественного обучения студентов является их активная работа на занятиях. В учебном процессе по любому «движенческому» предмету студенческую группу следует организовать так, чтобы было удобно управлять, быстро перестраивать и располагать ее в помещении. Поэтому упражнения этого раздела направлены на формирование создания единого коллектива, на ощущение партнера и пространства. Необходимо изучение упражнений, дающих ритмические навыки, понятие ритма, музыкального размера.

Знания, полученные по этому предмету в стенах высшего учебного заведения, помогут в профессиональной работе руководителя хореографического коллектива.

7.2.2. Информационно-программные средства

https://afisha.yandex.ru/artist/ansambl-narodnogo-tantsa-im-igoria-moiseeva?city=saint-petersburg

https://ru.wikipedia.org/wiki/Берёзка (ансамбль)

https://vk.com/godenkodancecompany

https://www.instagram.com/theatregzhel_official/

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

8.1. Учебные аудитории:

учебные аудитории для проведения теоретических (лекционных) занятий, укомплектованные специализированной учебной мебелью, техническими средствами, наглядными пособиями, литературой;

помещение для самостоятельной работы студентов, оснащенные множительной и компьютерной техникой с подключением к Интернету;

сценическая площадка по элементам оборудования приближенной к условиям профессионального театра;

научная библиотека с читальным залом;

нотная библиотека с фондом музыкальных произведений на бумагоносителях для музыкального оформления уроков танца;

костюмерная, располагающая необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений и необходимым реквизитом;

отдел технических средств обучения, включающий: методический кабинет, занимающийся обеспечением студентов методической литературой через ее размножение различными способами;

специализированное медицинское подразделение;

столовая;

помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования;

раздевалки и душевые для студентов;

спортивно-тренажерный зал;

кабинет дистанционного обучения;

отдел воспитательной работы.

8.2 .Учебно-лабораторное оборудование:

балетные станки (палки), зеркала, звуковоспроизводящую технику (магнитофоны, аудио-проигрыватели); парк музыкальных инструментов (рояль, пианино, баян);

видеотека, содержащую видеофильмы и видеозаписи уроков и экзаменов танцевальных дисциплин, спектаклей, фрагментов классического и современного репертуара отечественных и зарубежных хореографических трупп, видеоматериалы с записью выдающихся произведений хореографического, театрального, изобразительного и киноискусства;

фонотека с аудиозаписями выдающихся произведений музыкального искусства, балетной музыки, используемой для музыкального сопровождения репетиционного процесса и сценических выступлений, с возможностью осуществлять запись и компьютерную обработку музыки;

компьютерные классы с возможностью выхода в Интернет.

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Рабочая программа дисциплины ***Элективная дисциплина «Физическая культура и спорт»: Народный танец*** разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению ***51.03.02 Народная художественная культура,*** направленности ***Руководство любительским хореографическим коллективом. Преподавание специальных дисциплин*** (утвержден ***Приказом Минобрнауки России № 1178 от 06.12.2017 г. с изменениями и дополнениями от 26.11.2020 г., 08.02.2021г.***), учебным планом института по этому же направлению, утвержденным Ученым советом ***24.06.2021г., Протокол № 7***, с учетом основной профессиональной образовательной программы (утверждена ***24.06.2021 г.***).

Автор программы – ***Георгиу Е.В., ст.преподаватель***

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ***народной художественной культуры*** (рецензент – ***Цаплина С.П., доцент, кандидат культурологии*** протокол №___ от «____» _____ 20___г.)

Заведующий кафедрой _____ С.П.Цаплина _____
(подпись) (И.О.Фамилия) (дата)

Согласовано:
Начальник УМУ _____ В.В.Азарова _____
(подпись) (И.О.Фамилия) (дата)