

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

**УТВЕРЖДАЮ:**

Проректор по учебной  
работе

\_\_\_\_\_ Е.В.Горбылева  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**Обсуждена на заседании кафедры:**

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ / Цаплина С.П.

Протокол № \_\_\_\_\_

от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**ЮШИНА С.В.**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

рабочая программа дисциплины для обучающихся по специальности

**51.02.01. Народное художественное творчество (по видам)**

**Вид: хореографическое творчество**

форма обучения: очная

Смоленск 2023г.

## **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:**

Тренажная классика (тренировочный класс) является одним из важнейших компонентов обучения студентов-хореографов. Это трудоемкая и сложная учебная работа, наполненная многократно повторяемой отработкой каждого пройденного и вновь изучаемого движения.

Данная дисциплина неразрывно связана с курсом "Классический танец". Здесь развиваются апломб, т.е. устойчивость, танцевальная моторная память, легкость и выразительность исполнения, музыкальность. Происходит обучение логическому развитию всего тренажа, четкому и ясному построению упражнений, разнообразию прыжковых комбинаций.

Активизация познавательных, эмоциональных, волевых, мотивационных факторов обеспечивает воспитание самостоятельности учебно-профессиональной деятельности, что весьма существенно для дальнейшего повышения профессиональной квалификации и самообразования.

Учебная работа состоит из практических занятий в количестве 114 часов. Практическая работа включает: изучение и исполнение экзерсиса классического танца, развитие физических данных, приобретение навыков исполнения движений классического танца, координации движений, выносливости и тд.

Самостоятельная работа студентов в количестве 10 часов заключается в проучивании пройденного материала, наращивания техники исполнения, изучение методического материала по предмету, просмотру видеозаписей, сочинении отдельных комбинаций на станке, середины зала и allegro.

Целями освоения дисциплины «Физическая культура» являются содействие по подготовке гармонично развитых, высококвалифицированных специалистов, подготовка и воспитание профессиональных руководителей любительского творческого коллектива по специальности «Народное художественное творчество», знающих основы тренажа классического танца, последовательность в овладении лексикой и технические приёмы; владеющих терминологией предмета «Классический танец» и умеющих применять их в работе по специальности.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ППССЗ**

Данная дисциплина является обязательной частью общего гуманитарного цикла СГ 00. Изучение предмета тесно связано с изучением дисциплин «Классический танец» (МДК 01.02.01), «Методика преподавания специальных дисциплин» (МДК 02.02.01), «Историко-бытовой танец» (ВЧ 03) и др.

### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА:**

Выпускник, освоивший образовательную программу, должен обладать следующими общими компетенциями (далее — ОК):

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

#### **- знать**

- последовательность и значение тренажа классического танца;
- выразительные средства и возможности классического танца, через последовательное изучение экзерсиса у станка, на середине зала и allegro;
- систему и принципы развития психофизического и двигательного аппарата хореографа, специальную терминологию;
- теорию, хореографические элементы классического танца;
- принципы построения и методику проведения уроков хореографии;

#### **- уметь**

- исполнять методически грамотно, технично и легко движения экзерсиса у станка, на середине зала, вращения и allegro;
- применять изучаемый материал для постановки своих танцевальных композиций;
- работать с музыкальным материалом;
- работать над развитием пластичности, координации, постановкой корпуса, ног, рук, головы;

### **4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (ТРЕНАЖНАЯ КЛАССИКА)**

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 124 часа, в том числе практических – 114 часов, самостоятельная работа – 10 часов.

п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Недели	Виды учебной работы			Формы текущего контроля
				практическая	самостоятельная	Индивидуальная	
		4	22				зачёт
1.	Экзерсис у станка.			18	1		
2.	Экзерсис на середине зала.			14	1		
3.	Раздел allegro.			12	1		
		5	16				зачёт
4.	Экзерсис у станка			10	1		
5.	Экзерсис на середине зала			12	1		
6.	Раздел allegro			10			
		6	19				зачёт
7.	Экзерсис у станка			12	1		
8.	Экзерсис на середине зала			14	2		
6.	Раздел allegro			12	2		
	<b>ИТОГО 124</b>			<b>114</b>	<b>10</b>		

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ:

При организации учебной деятельности используются как традиционные педагогические технологии, так и образовательные технологии, активизирующие деятельный подход обучающихся к профессиональному образованию. Среди них – лекция – диалог, работа с

методической литературой, практический показ. Применяется использование информационных ресурсов, видео материалов по предмету «Классический танец».

Дисциплина «Физическая культура» неразрывно связана с курсом «Классический танец». Последовательность изучения элементов каждого из разделов точно соответствует программе по дисциплине «Классический танец».

### **5.1. Содержание разделов (тем) дисциплины:**

#### **Второй год обучения.**

Опираясь на фундамент подготовленный на 1-м курсе, обучающиеся осваивают и развивают более трудные исполнительские приёмы.

1. Увеличение силовой нагрузки в учебных заданиях.
2. Изучение поз классического танца, исполнение упражнений у станка и на середине зала по позам: *croisé, écartée, effacée*.
3. Исполнение упражнений с переменной ритма и в более сложных комбинациях на координацию движений.
4. Освоение подготовительных движений для вращений.
5. Развитие элевации в прыжках.
6. Проведение тренажных классов на материале 2 –го года обучения. См. программу по дисциплине «Классический танец».
- 7.

#### **Третий год обучения.**

Повторение изученного материала с применением полупальцев у станка.

1. Работа над художественной окраской движений и поз.
2. Введение в экзерсис *pirouettes* из II, IV, V позиций ног у станка и на середине зала.
3. Ускорение темпа урока.
4. Исполнение маленьких и средних прыжков по позам.
5. Изучение движений на середине зала *en tournant*.
6. Совершенствование техники исполнения.

7. Развитие танцевальности и лёгкости исполнения движений классического тренажа.

8. Проведение тренажных классов на материале 3-го года обучения. См. программу по дисциплине «Классический танец».

Самостоятельная работа студентов заключается в проучивании пройденного материала, наращивания техники исполнения, изучении методического материала по предмету, просмотру видеозаписей, сочинении отдельных комбинаций экзерсиса у станка, на середине зала, *allegro*.

### **5.2. Практические занятия**

Практические занятия по дисциплине «Физическая культура» составляют 114 часов и заключаются в проведении групповых занятий.

На практических занятиях обучающиеся приобретают определенные навыки исполнительской практики и репетиционной работы. Занятия проводятся в соответствии с действующим учебным планом и распределением объема учебных часов по семестрам.

Тематика учебного материала соответствует содержанию разделов (тем) учебной дисциплины.

### **5.3. Семинарские занятия: не предусмотрены.**

### **5.4. Самостоятельная работа обучающихся:**

Самостоятельная работа составляет 10 часов и заключается в проучивании и закреплении пройденного материала, наращивания техники исполнения и увеличению нормативных показателей, изучение методического материала по предмету, просмотру видеозаписей, самостоятельное изучение определенных разделов и тем дисциплины, подготовка к текущему (проводимому в семестре) контролю знаний.

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ:**

В качестве средств промежуточного контроля используются зачёты.

На зачете в конце 4-6 семестров обучающиеся выполняют экзерсис у станка составленный самостоятельно, экзерсис на середине и allegro составляет преподаватель.

**Критерии оценки:**

<b>ОЦЕНКА</b>	<b>ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ</b>
<b>ЗАЧТЕНО</b>	Знание пройденного материала, владение исполнительскими приемами классического танца, умение составить учебные комбинации.
<b>НЕ ЗАЧТЕНО</b>	Не знание пройденного материала, отсутствие исполнительского мастерства, не умение составить учебные комбинации движений классического танца.

**7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

**7.1. Рекомендуемая литература:**

**7.1.1. Основная литература:**

1. Базарова Н.П. Классический танец. Методика обучения в четвертом и пятом классах. – Л., 1975.
2. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. – Л.;М., 1964.
3. Базарова Н.П. Классический танец. - Л.: Искусство, 1984.
4. Балет: Энциклопедия. - М., 1981.
5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - М.,1980
6. Валукин Е.П. Мужской классический танец. - М., 1987.
7. Валукин Е.П. Система мужского классического танца. - М., 1999.
8. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989.
9. Звездочкин В.А. Классический танец. - Ростов н/Д., 2005.
10. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. - Л.,1972.

11. Костровицкая В.С. Писарев А.А. Школа классического танца. - Л., 1968.
12. Мориц В., Тарасов Н., Чекрыгин А. Методика классического тренажа. - М.; Л., 1940.
13. Тарасов Н.И. Классический танец. - М., 1981.

### **7.1.2. Дополнительная литература:**

1. Асафьев Б.В. О балете: Статьи, рецензии, воспоминания. - Л.: Музыка, 1974.
2. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. - М., 1987.
3. Валукин Е.П. Н.И. Тарасов – мастер мужского танца// Проблемы наследия в хореографическом искусстве. – М., 1992.
4. Мессерер А.М. Уроки классического танца. - М., 1967.
5. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время.- М., 1990.
6. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М.: Просвещение, 1985.
7. Файер Ю. О себе о музыке о балете. – М.: Советский композитор, 1970.
8. Фокин М. Против течения. - Л.; М.: Искусство, 1976.

## **7.2. Средства обеспечения освоения дисциплины:**

### **7.2.1. Методические материалы и материалы по видам занятий:**

Реализация ППСЗ по специальности обеспечивается доступом студента к библиотечным фондам, компьютерным базам данных по содержанию и полному перечню дисциплин ППСЗ, наличием учебников, учебно-методических, методических пособий, разработок, рекомендаций по всем видам теоретических и практических занятий.

По дисциплинам специальности подготовлены рабочие учебные программы, раскрывающие цели, задачи учебной дисциплины, требования к



освоению содержания дисциплины, её место в профессиональной подготовке и т.д.

Обеспеченность обучающихся учебной литературой, необходимой для реализации основной профессиональной образовательной программы.

В общеобразовательном процессе используются нормативные документы.

### **7.2.2. Информационно- программные средства:**

Информационное обеспечение ООП реализуется через возможность доступа обучающихся к информационным ресурсам, компьютерным базам данных, электронным образовательным ресурсам, периодическим профессиональным журналам, Интернет – ресурсам.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:**

### **8.1. Учебные аудитории:**

Для проведения занятий необходимы:

учебные аудитории для проведения теоретических (лекционных) занятий

танцевальные залы, имеющие специализированное покрытие,

помещение для самостоятельной работы студентов,

сценическая площадка по элементам оборудования приближенной к условиям профессионального театра;

научная библиотека с читальным залом;

костюмерная

специализированное медицинское подразделение;

столовая;

помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования;

## **8.2. УЧЕБНО-ЛАБОРАТОРНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

укомплектованные специализированной учебной мебелью, техническими средствами, наглядными пособиями, литературой.

балетные станки (палки), зеркала, кабинетный рояль (пианино), звуковоспроизводящую технику (магнитофоны, аудио-проигрыватели);

множительная и компьютерная техника с подключением к Интернету;

парк музыкальных инструментов (рояль, пианино, баян);

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

костюмы для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений и необходимым реквизитом.

## ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

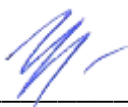
В соответствии с учебным планом в рабочую программу **Физическая культура ППСЗ** по специальности **51.02.01 Народное художественное творчество, вид – Хореографическое творчество** вносятся следующие дополнения и изменения

### *ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ*

Раздел и пункт рабочей программы дисциплины	Изменение
п. 7.1.2	<b>7.1.2. Дополнительная литература:</b> 1. Волынский, А.Л. Книга ликований. Азбука классического танца/ А.Л. Волынский. — Москва: Издательство Юрайт, 2024.— 215 с.— (Антология мысли).— ISBN 978-5-534-15589-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт 2. Шабалина Т. Классический танец: музыкальное сопровождение уроков -belkniga.by, 2023

Дополнения и изменения рабочей программы одобрены на заседании кафедры **народной художественной культуры** (протокол №10 от 30.05.2024).

Заведующий кафедрой

  
\_\_\_\_\_

Цаплина С.П.