

**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., ИВАНОВ А.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:

В настоящее время в профессиональном образовании уделяется повышенное внимание подготовке специалиста, обладающего способностью ориентироваться и адекватно функционировать в условиях все более набирающего темп научно-технического и социально-экономического прогресса подготовки грамотного специалиста, способного легко адаптироваться к постоянно возрастающему объему информации и реализовывать себя в разнообразных областях физического развития.

Дисциплина «Физическая культура (Тренажная классика)» обладает необходимым спектром возможностей для решения этого вопроса. Дисциплина физкультуры является одним из основополагающих в системе физического воспитания студентов. 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.

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 110 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 14 часов заключается в подготовке к сдаче нормативов, 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 основные нормативы и приемы их выполнения, основы тренажа классического танца, последовательность в овладении лексикой и технические приёмы; владеющих терминологией предмета «Классический танец» и умеющих применять их в работе по специальности.

В процессе по данному курсу предусматривается решение следующих задач:

- воспитание у студентов высоких моральных, волевых и физических качеств, готовности к высокопроизводительному труду;
- сохранение и укрепление здоровья студентов, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- всесторонняя физическая подготовка студентов;
- профессионально-прикладная физическая подготовка студентов с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности;
- приобретение студентами необходимых знаний по основам теории, методики и организации физического воспитания и хореографического тренажа;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ППССЗ

Данная дисциплина является составной частью общеобразовательного учебного цикла ОД 01.06. Изучение предмета тесно связано с изучением дисциплин «Классический танец» (МДК 01.01.1), «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:

В результате освоения образовательной программы у выпускника должны быть сформированы общие и профессиональные компетенции.

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;
- закономерности двигательной активности, спортивной тренировки;
- способы психологической регуляции и саморегуляции;
- Основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- Способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;
- Основы здорового образа жизни.

- 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;
- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- Выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия спортивных игр;
- Выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ (РАБОЧЕЙ) ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА.

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 124 часа, в том числе практических – 110 часов, самостоятельная работа – 14 часов.

| п/п | Раздел дисциплины | Семестр | Недели | Виды учебной работы | | | Формы текущего контроля |
|-----|---|----------|-----------|---------------------|-----------------|----------------|-------------------------|
| | | | | практическая | самостоятельная | Индивидуальная | |
| | | 1 | 16 | | | | зачёт |
| 1. | Основы здорового образа жизни. Основные понятия и общие требования. | 1 | 1 | 2 | 1 | | |
| 2. | Общая физическая подготовка, общеразвивающие упражнения. | 1 | 2 - 4 | 4 | 1 | | |
| 3. | Легкая атлетика. Бег с высокого и низкого старта. | 1 | 5 - 7 | 6 | 1 | | |
| 4. | Силовая подготовка. Упражнения на быстроту. | 1 | 8 - 10 | 4 | 1 | | |
| 5. | Гимнастика. Упражнения на перекладине, кувырки через голову вперед, назад. Упражнения на гибкость. | 1 | 11 - 13 | 6 | 1 | | |
| 6. | Легкая атлетика. Бег 100 метров, 500 жен, 1000 муж. Прыжки в длину с разбега. Волейбол. Баскетбол. Основные передачи и броски. Нападающий удар. Защитные действия в | 1 | 14 - 16 | 4 | 1 | | |

| | | | | | | | |
|-----|----------------------------|----------|-----------|------------|-----------|--|--------------|
| | игре. | | | | | | |
| | | 2 | 23 | | | | зачёт |
| 7. | Экзерсис у станка | | | 14 | 1 | | |
| 8. | Экзерсис на середине зала | | | 16 | 1 | | |
| 9. | Раздел allegro | | | 12 | 2 | | |
| | | 3 | 16 | | | | зачёт |
| 10. | Экзерсис у станка. | | | 10 | | | |
| 11. | Экзерсис на середине зала. | | | 8 | 2 | | |
| 12. | Раздел allegro. | | | 10 | 2 | | |
| | ИТОГО 124 | | | 110 | 14 | | |

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:

Первый год обучения.

Первый семестр.

Учебный материал раздела направлен на повышение уровня физических и функциональных двигательных способностей, формирование необходимых качеств и свойств личности, овладение средствами и методами физкультурно-спортивной деятельности, приобретение личного опыта, обеспечивающего возможность самостоятельно использовать средства физической культуры и спорта в практической деятельности. Учебно-тренировочные занятия предусматривают широкое использование теоретических знаний и методических умений в использовании разнообразных средств физической подготовки, спортивной и профессионально-прикладной физической подготовки студентов для приобретения индивидуального и коллективного практического опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Проведение учебно-тренировочных занятий связано с обеспечением необходимой двигательной активности, достижение и поддержание оптимального уровня физической и функциональной подготовки в период обучения: приобретение опыта совершенствования и коррекции индивидуального физического развития, освоение жизненно необходимых умений и навыков и формирование устойчивого мотивационно-ценностного отношения к физкультурно-спортивной деятельности.

Обязательными видами физических упражнений для включения в рабочую программу являются:

Строевые упражнения

Общие понятия о строе. Шеренга, ряд, колонна, фланг, дистанция, интервал. Основная стойка.

Действия на месте и в движении. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте, размыкание и смыкание строя.

Общеразвивающие упражнения и другие виды спорта

Упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса: из положения стоя – поднятие и опускание прямых рук вперед, вверх, назад и в стороны; те же движения согнутыми руками в различном темпе; круги руками в лицевой, боковой и горизонтальной плоскостях; те же движения в положении стоя на коленях, сидя на полу, на скамейке и лежа на полу. Упражнения на расслабление: в упоре лежа, руки на скамейке или на полу – сгибание и выпрямление рук.

Упражнения для ног: из основной стойки движения (попеременные) правой и левой ногой вперед, назад, в стороны; те же движения согнутой в колене ногой, приседания на двух и одной ноге с различными положениями и движениями рук; выпады правой и левой ногой вперед, в стороны; то же с дополнительными пружинящими движениями ног и с различными

движениями рук; подскоки и прыжки на месте и с продвижением вперед и в стороны на двух ногах и на одной ноге (на ступнях и на носках); подскоки в полуприседе и в приседе; ходьба в различном темпе с высоким подниманием коленей; беговые движения ногами в упоре на скамейке и на полу; свободное размахивание расслабленной ногой стоя и в положении лежа на спине.

Упражнения для туловища: из различных исходных положений ног и рук – наклоны головы вперед и назад, круговые вращения; из различных исходных положений ног и рук – вращения туловища вправо и влево; то же с движениями рук в стороны, из различных стоек – наклоны вперед, в стороны, назад с различными положениями и движениями рук, с доставанием руками пола и с пружинящими движениями туловища; те же движения в положении стоя на коленях и сидя на полу; из положения лежа на спине (ноги закреплены) – переход в положение сидя с различными положениями и движениями рук; из положения лежа на спине – переход в упор лежа боком и в различные упоры присев; лежа на полу лицом вниз – прогибание туловища назад с различными исходными положениями и движениями рук и ног; то же, переход в положение «мост» с дополнительными движениями ног; парные и групповые упражнения; упражнения парами, тройками и группами (стоя, сидя и лежа). Игры с элементами сопротивления.

Ходьба в различном темпе с различными исходными положениями и с движениями рук; ходьба на носках, скрестным шагом, ходьба в стороны и назад; ходьба на носках, с высоким подниманием прямых и согнутых ног, с выпадами, в полуприседе и приседе; бег на месте и вперед, с переменной направленности, бег на носках, бег с различным положением рук, бег с переменной темпа; игры и игровые упражнения с элементами бега.

Упражнения с предметами. Упражнения с гимнастической палкой; маховые и круговые движения, держа палку в обеих руках; переносы ноги через палку; прыжки через палку; подбрасывание и ловля палки, имитация движений в ходьбе с лыжными палками, упражнения с сопротивлением партнера.

Упражнения с набивными мячами (весом 1-3 кг): различные движения для рук, держа мяч в обеих руках; то же, держа мяч в одной руке; броски мяча вверх и ловля его в различных положениях ног и туловища; подбрасывание и ловля мяча в движении шагом и бегом; перебрасывание мяча с соупражняющимися на месте и в движении, перебрасывание и ловля мяча по кругу, броски мяча двумя руками назад на дальность, броски мяча на дальность одной рукой; то же из различных исходных положений (стоя на коленях, сидя и лежа); сидя и лежа на спине, различные движения с мячом в ногах; то же, броски мяча ногами; различные игры и эстафеты.

Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад из положения стоя, упора присев и сидя на полу; перекаты вперед, назад и в стороны из положения лежа на спине, сидя и упора присев; серия перекатов и кувырков вперед и назад с опорой на обе руки; стойка на лопатках, на плечах, с

движениями ног; стойка на руках у стены и с помощью партнера (для мужчин).

Упражнения со скакалкой (короткая скакалка); прыжки через скакалку стоя на месте, на двух ногах и со сменой ног (на одной ноге), с изменением темпа прыжков; прыжки в полуприседе и в приседе, прыжки с двойным вращением скакалки; ходьба и бег со скакалкой с постепенным увеличением темпа движений; эстафеты со скакалкой. Длинная скакалка: пробегание под вращающейся скакалкой, прыжки на одной и двух ногах с различными положениями и движениями рук и ног; то же с предметами в руках, прыжки вдвоем и втроем.

Легкоатлетические упражнения. Бег с низкого и высокого старта, пробегание в полную силу 30, 50, 60 и 100 м, бег скоростной по повороту беговой дорожки, бег с изменением скорости и частоты шагов, бег на дистанции до 1000 – 1500 м; прыжки в длину и высоту с места и с разбега.

Спортивные игры. Обучение технике одной или нескольких спортивных игр (баскетбол, ручной мяч, футбол, теннис); участие в товарищеских встречах по упрощенным правилам.

Специально-подготовительные упражнения

Упражнения для развития силы. Сгибание и разгибание рук в упоре сзади; передвижение на руках (партнер держит за ноги) вперед, назад, в стороны с изменением темпа движений. В упоре лежа хлопки руками. Упражнения для рук с сопротивлением партнера. Различные приседания на двух и одной ноге с применением отягощений и с сопротивлением партнера.

Тройные, пятерные и многократные прыжки с места в длину с хорошим выносом бедра и толчком за счет резкого разгибания голеностопного сустава, прыжки в высоту с места (выполнение сериями). Прыжки в высоту и длину с разбега с небольшими отягощениями. Передвижение на лыжах без палок, передвижение бесшажным ходом на лыжне или целине.

Упражнения для развития гибкости. Пружинящие наклоны туловища вперед, назад, в стороны с различными положениями и движениями рук. Покачивание туловища, прогибаясь в пояснице с опорой о дерево, гимнастическую стенку и с помощью соупражняющегося. Свободное размахивания поочередно ногами с максимальной амплитудой движения. Упражнения для туловища с небольшими отягощениями.

Упражнения на расслабление. Стоя на одной ноге, свободные махи другой ногой вниз-назад; то же с потряхиванием и вращательными движениями в голеностопном суставе. Из положения руки вверх – свободное опускание их вниз-вперед, вниз-в стороны; то же с дополнительным потряхиванием кистей. Лежа на спине (на полу или гимнастической скамейке), поднять ноги и с потряхиванием в голеностопных и коленных суставах опускать их вниз. Лежа на спине, движения расслабленными ногами, напоминающие движения велосипедиста. Наклоны туловища вперед, потряхивание в расслабленном

состоянии руками и плечами. Сочетание расслабленных движений руками и ногами.

Упражнения на равновесие. Ходьба по бревну и гимнастической скамейке с различными движениями рук, с высоким подниманием ног, с преодолением небольших препятствий.

Все практические упражнения должны предусматривать совершенствование ранее изученных и обучение новым двигательным действиям (умениям и навыкам), а также развитию физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости, гибкости. На практических занятиях могут быть использованы упражнения из различных видов спорта, оздоровительной системы физических упражнений и профессионально-прикладной направленности, тренажеры и компьютерно-тренажерные системы.

Содержание и конкретные средства каждого практического занятия определяются преподавателями учебных групп с учетом графика учебного материала и рабочего плана кафедры, для каждого учебного отделения .

Контрольный раздел

В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума. В контрольных занятиях оцениваются теоретические и практические умения и навыки студентов.

Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую информацию о степени освоения теоретических и практических знаний, умений, о состоянии и динамике физического развития, физической подготовленности каждого студента. Оперативный контроль обеспечивает информацию о ходе выполнения студентами конкретного раздела.

Итоговый контроль (зачёты) дает возможность выявить уровень сформированности физической культуры студента, методических и практических умений, характеристику общей физической, спортивно-технической подготовленности студента.

Контрольные занятия обеспечивают оперативную, текущую и итоговую дифференцированную информацию о степени освоения теоретических и методических занятий и умений, состояние и динамику физического развития, а также профессионально-прикладную подготовку каждого студента.

В качестве критериев результативности учебно-тренировочных занятий выступают требования и показатели, основанные на использовании двигательной активности не ниже определенного минимума обязательных и дополнительных тестов (по физической подготовке).

Второй семестр.

Закладывается элементарная основа классического танца, без которой в дальнейшем не может крепнуть и развиваться исполнительское мастерство студентов.

1. Основное внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног и головы, как у станка, так и на середине зала.
2. Развитие координации, т.е. согласованных действий корпуса, рук, ног и головы.
3. Освоение элементарных port de bras.
4. Отработка простейших прыжков с двух ног на две.
5. Обучение способности верно согласовывать исполнение движений с ритмом музыки и интонацией музыкальной темы.
6. Проведение тренажных классов на материале 1-го года обучения. См. программу по дисциплине «Классический танец».

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».

5.2. Практические занятия

Практические занятия по дисциплине «Физическая культура» составляют 148 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 14 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 в конце каждого семестра. В течении 1 семестра обучающиеся сдают контрольные нормативы (тесты) по разделам учебной программы: атлетика, спортивные игры, гимнастика. Сдача контрольных нормативов является основной формой промежуточного контроля знаний и умений обучающихся.

Зачетные нормативы по физвоспитанию для обучающихся:

| Виды испытаний | результат | |
|-----------------------|------------|-----------|
| | не зачтено | зачтено |
| ЮНОШИ | | |
| Бег 100 м (сек) | 14,3-14,6 | 13,2-14,0 |
| Бег 1000 м (мин, сек) | 3,55-4,05 | 3,2-3,45 |

| | | |
|---|-----------|-----------|
| Прыжок в длину с места (см) | 215-220 | 230-250 |
| Приседание: глубокий сед, руки вперед (кол-во раз) | 50-55 | 60-65 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) | 20-30 | 40-50 |
| Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 5-7 | 9-15 |
| В висе поднимание прямых ног до касания перекладины (кол-во раз) | 2-3 | 5-10 |
| девушки | | |
| Бег 100 м (сек) | 17,9-18,7 | 15,7-17,0 |
| Бег 500 м (мин, сек) | 2,10-2,15 | 1,50-2.00 |
| Прыжок в длину с места (см) | 150-160 | 170-190 |
| Приседание: глубокий сед, руки вперед (кол-во раз) | 45-50 | 55-60 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) | 2-5 | 8-15 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре сзади (кол-во раз) | 15-20 | 30-40 |
| Из положения лежа на спине поднимание (сед) и опускание туловища, ноги закреплены, руки за головой (кол-во раз) | 20-30 | 40-60 |

На зачете в конце 2-3 семестров студенты выполняют экзерсис у станка, экзерсис на середине зала и allegro, составленные преподавателем.

Критерии оценки:

| ОЦЕНКА | ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ |
|-------------------|---|
| ЗАЧТЕНО | Знание пройденного материала, владение исполнительскими приемами классического танца, умение составить учебные комбинации. |
| НЕ ЗАЧТЕНО | 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. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. – М., 1988.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - М.,1980
7. Валукин Е.П. Мужской классический танец. - М., 1987.
8. Валукин Е.П. Система мужского классического танца. - М., 1999.
9. Гогунев Е.Н., Мартынов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие. М., 2003.
10. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989.

11. Звездочкин В.А. Классический танец. - Ростов н/Д., 2005.
12. Ильинич В. И. Физическая культура студента. – Учебник для ВУЗУВ, М., Гордарики, 2003.
13. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. - Л.,1972.
14. Костровицкая В.С. Писарев А.А. Школа классического танца. - Л.,1968.
15. Мориц В., Тарасов Н., Чекрыгин А. Методика классического тренажа. - М.; Л.,1940.
16. Тарасов Н.И. Классический танец. - М., 1981.

7.1.2. Дополнительная литература:

1. Анищенко В.С. Физическая культура: Методико-практические занятия студентов: Учеб. пособие. М.: Изд-во РУДН, 1999.
2. Асафьев Б.В. О балете: Статьи, рецензии, воспоминания. - Л.: Музыка, 1974.
3. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. - М., 1987.
4. Валукин Е.П. Н.И. Тарасов – мастер мужского танца// Проблемы наследия в хореографическом искусстве. – М.,1992.
5. Мессерер А.М. Уроки классического танца. - М.,1967.
6. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время.- М., 1990.
7. Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования: Приказ Министерства образования Российской Федерации от 1 декабря 1999 г. № 1025.
8. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – М.: Просвещение, 1985.
9. Файер Ю. О себе о музыке о балете. – М.: Советский композитор, 1970.
10. 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 ППССЗ по специальности обеспечивается доступом студента к библиотечным фондам, компьютерным базам данных по содержанию и полному перечню дисциплин ППССЗ, 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 ППССЗ 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:

Специализированные аудитории:

Для реализации занятий для первого семестра занятия проводятся в специализированном зале, имеющем волейбольные, баскетбольные площадки, тренажерный зал. Легкоатлетический стадион с беговыми дорожками, полосой препятствий. Стрелковый тир.

Для последующих занятий во 2-3 семестрах:

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

В наличии имеется спортивный инвентарь для занятий спортивными играми, легкой атлетикой, гимнастикой, общефизической и специальной физической подготовкой.

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 | <p>7.1. Рекомендуемая литература</p> <p>7.1.1. Основная литература</p> <p>1. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебник и практикум для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 424 с. https://urait.ru/bcode/488898</p> <p>7.1.2. Дополнительная литература</p> <p>1. Кизько, А. П. Физическая культура. Теоретический курс : учебное пособие / А. П. Кизько, Л. Г. Забелина, Е. А. Кизько. — Новосибирск : НГТУ, 2016. — 128 с. https://e.lanbook.com/book/118472</p> <p>2. Чертов, Н. В. Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. https://znanium.com/catalog/product/551007</p> <p>3. 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</p> <p>4. Шабалина Т. Классический танец: музыкальное сопровождение уроков -belkniga.by, 2023</p> |

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

Заведующий кафедрой



Цаплина С.П.