

**ГОУК ЛНР «ЛУГАНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ КУЛЬТУРЫ И
ИСКУССТВ ИМЕНИ М. МАТУСОВСКОГО»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОД.02.07 «ТРЕНАЖ (по видам)»

для специальности: 52.02.02 Искусство танца (по видам)

Современный танец, народно-сценический танец, спортивный бальный танец

2020

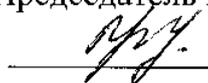
Рассмотрено и согласовано цикловой комиссией

Хореографических дисциплин

Протокол № 2 от «9» сентября 2020 г.

Разработана на основе Государственного образовательного стандарта
среднего профессионального образования Луганской Народной
Республики, примерной программы специальности 51.02.02
Искусство танца (по видам)

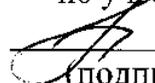
Председатель цикловой комиссии

 Бойченко И.А.

(подпись Ф.И.О.)

И.о. заместителя директора колледжа

по учебно-методической работе

 Сенчук А.И.

(подпись Ф.И.О.)

Составитель: Верецун М.С. преподаватель I категории цикловой
комиссии хореографических дисциплин Государственного
общеобразовательного учреждения культуры Луганской Народной
Республики «Луганская государственная академия культуры и искусств
имени М. Матусовского

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 ___ / 20 ___
учебный год Протокол № ___ заседания ЦК от « ___ »
_____ 20 ___ г.

Председатель ЦК Бойченко И.А.

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 ___ / 20 ___
учебный год Протокол № ___ заседания ЦК от « ___ »
_____ 20 ___ г.

Председатель ЦК Бойченко И.А.

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 ___ / 20 ___
учебный год Протокол № ___ заседания ЦК от « ___ »
_____ 20 ___ г.

Председатель ЦК Бойченко И.А.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ
ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Тренаж (по видам)

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – рабочая программа) является частью освоения программ подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) в соответствии с ГОС СПО ЛНР по профессии или специальности 52.02.02 Искусство танца (по видам).

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональном обучении и дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма;
- осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами 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.

1.3. Использование часов вариативной части ППКРС, ППСЗ:

№ п/п	Дополнительные профессиональные компетенции	Дополнительные знания, умения	№, наименование темы	Количество часов	Обоснование включения в программу
1.	ПК.		Тема		

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

Всего – 72 часа, в том числе:

максимальной учебной нагрузки студента **108 часов**, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки студента **72 часа**; самостоятельной работы студента **36 часов**.

2. РЕЗУЛЬТАТ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА

Результатом освоения рабочей программы междисциплинарного курса является овладение студентами видом деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями в соответствии с ГОС СПО ЛНР по специальности.

Код (согласно ГОС СПО ЛНР)	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 3.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ПК 1.1.	Создавать и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма;
ПК 1.2.	Осуществлять наблюдения над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки;
ПК 1.3.	Соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений
ПК 1.4.	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения;
ПК 1.9.	Использовать полученные знания и навыки для изучения учебных профильных дисциплин.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Тематический план учебной дисциплины «Тренаж (по видам)»

Коды профессиональных компетенций	Наименование разделов, тем	Всего часов ¹	Объем времени, отведенный на освоение междисциплинарного курса (курсов)				
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка учащихся			Самостоятельная работа учащихся	
			Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч. индивидуальная работа, часов	Всего, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов
1	2	3	4	5	6	7	8
ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 8, ОК11. ПК 1.3, ПК 2.1	Раздел 1. Введение в предмет. Методика освоения основных упражнений классического танца у станка и в партере.	48		31	1	16	
ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 8, ОК11. ПК 1.3, ПК 2.1	Раздел 2. Экзерсис на середине зала	43		21	1	11	
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет (2-й семестр)							
	<i>Всего</i>	81		52	2	27	

3.2 Содержание обучения учебной дисциплины «Тренаж (по видам)»

Наименование разделов и тем междисциплинарного курса	Содержание учебного материала, практических занятий, самостоятельной работы обучающихся	Объем часов
1	2	3
Раздел 1. Введение в предмет. Методика освоения основных упражнений классического танца у станка и в партере.(1 семестр)	Содержание учебного материала	
Тема 1.1. Классический танец и его школы. Значение классического экзерсиса.	1.Понятие «классический танец». Школы классического танца. Понятие «exersise» и его значение. <i>Самостоятельная работа обучающихся</i> История формирования искусства классического танца	1 2
Тема 1.2. Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук	1. Постановка корпуса. Изучение позиций ног. 2. Упражнения на развитие подъема и укрепление мышц стопы 3.Изучение позиций рук.	1 1 1
Экзерсис у палки и упражнения в партере.		
Тема 1.3. Методика изучения Demi plies	1. Demi plies в I, II позициях (изучение упражнения у станка и в партере) 2. Demi - plies в V, IV позициях	1 1
Тема 1.4. Методика изучения Battement tendu	1. Battement tendu из I позиции по трем направлениям (изучение упражнения у станка и в партере)	2
Тема 1.5. Методика изучения Demi rond de jamb par terre en dehors и en dedans	1. Demi rond de jamb par terre en dehors (изучение упражнения у станка и в партере) 2. Demi rond de jamb par terre en dedans (изучение упражнения у станка и в партере)	1 1
Тема 1.6. Методика Battement tendu jete с I	Battement tendu jete с I позиции по трем направлениям	2

позиции		
Тема 1.7. Условное положение ноги sur le cou-de pied	1. Условное положение ноги sur le cou-de pied спереди и сзади	1
	2. Battement foundu – учебная форма (изучение упражнения у станка и в партере)	1
Тема 1.8. Releve	Releve по I, II и V позициям.	1
Тема 1.9. Методика изучения Grand battement jete	1. Grand battement jete из I позиции по трем направлениям (изучение упражнения у станка и в партере)	2
	2. Упражнения для мышц пресса в партере	1
Тема 1.10. Методика изучения Battement releve lent	1. Battement releve lent на 45° (изучение упражнения у станка и в партере)	1
	2. Battement releve lent на 90° (изучение упражнения у станка и в партере)	1
Тема 1.11. Основное положение ноги sur le cou-de pied	1. Основное положение ноги sur le cou-de pied	1
	2. Battement frappe	1
	3. Упражнения для развития тазобедренного сустава в партере	1
Тема 1.12. Методика изучения Grand - plies	1. Grand - plies в I, II, V, IV позициях	2
Тема 1.13. Перегибы корпуса.	1. Упражнения для укрепления мышц спины и гибкости позвоночника в партере	1
	2. Перегибы корпуса назад (стоя лицом к палке)	1
	3. Перегибы корпуса в сторону (стоя лицом к палке)	1
	4. Упражнения для развития эластичности и гибкости в партере	1
Тема 1.14. Методика изучения Petit battement	1. Petit battement	2
Тема 1.15. Методика изучения Rond de jamb en l'air	1. Rond de jamb en l'air (учебная форма)	2
Тема 1.16. Терминология классического танца.	1. Терминология основных упражнений экзерсиса классического танца.	3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	
	Методика изучения основных упражнений экзерсиса у станка.	18
Раздел 2. Экзерсис на		

середине зала (2 семестр)		
Тема 2.1. Port de bras.	1. I Port de bras	2
	2. III Port de bras	2
Тема 2.2. Plie	1. Demi plie и grand plie.	2
Тема 2.3. Battement tendu	1. Battement tendu.	2
	2. Battement tendu pour le pied	2
Тема 2.4. Battement tendu jete	1. Battement tendu jete.	2
	2. Battement tendu jete pique	2
Тема 2.5. Rond de jamb par terre	5. Rond de jamb par terre en dehors и en dedans	2
Тема 2.6. Battement releve lent	5. Battement releve lent на 45 градусов.	2
Тема 2.7. Grand dattement jete	6. Grand dattement jete	2
Тема 2.8. Упражнения для развития профессиональных данных.	1. Упражнения для развития эластичности и гибкости в партере.	2
	2. Упражнения для укрепления мышц спины и гибкости позвоночника в партере	2
	3. Упражнения для развития тазобедренного сустава в партере	2
	4. Упражнения на развитие подъема и укрепление мышц стопы	2
Раздел 3. Allegro		
Тема 3.1. Temps leve' saute' по I, II, V позициям	1. Temps leve' saute' по I, II, V позициям	2
Тема 3.2. Pas echappe	2. Pas echappe	2
Тема 3.3. Ghangement de pieds	3. Ghangement de pieds	2
Тема 3.4. Assemble	4. Assemble	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	
	1. Отработка упражнений экзерсиса на середине зала: -Plie.	2
	- Battement tendu	2
	- Battement tendu jete	2

	- Rond de jamb par terre	2
	-Battement releve lent на 45 градусов.	2
	- Grand dattement jete	2
	2. Работа над методикой исполнения прыжков:	
	- Temps leve' saute' по I, II, V позициям	2
	- Pas echarpe на II позицию	2
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет		
Всего часов:		81

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины предполагает наличие балетных залов.

Оборудование балетных залов:

музыкальный инструмент (фортепиано,);

зеркала;

балетные станки;

пригодные для танца полы;

рабочее место преподавателя;

комплект учебно-методической документации;

наглядные пособия.

Технические средства обучения:

музыкальный центр.

4.2. Общие требования к организации образовательной деятельности

Освоение студентами учебной дисциплины может проходить в условиях созданной образовательной среды как в образовательном учреждении, так и в организациях соответствующих профилю учебной дисциплины.

Преподавание учебной дисциплины должно носить практическую направленность. В процессе практических занятий студенты закрепляют и углубляют теоретические знания, приобретают необходимые профессиональные умения и навыки.

Теоретические и практические занятия должны проводиться в хореографическом классе.

согласно Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования Луганской Народной Республики по профессии или специальности.

Текущий и промежуточный контроль обучения складывается из следующих компонентов:

текущий контроль: опрос студентов на занятиях, проверка самостоятельной работы; контрольная работа

промежуточный контроль: аттестация, дифференцированный зачет.

4.3. Кадровое обеспечение образовательной деятельности

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ППССЗ по специальности должна обеспечиваться педагогическими

кадрами, имеющими среднее профессиональное, высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой учебной дисциплины. Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение студентами профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже одного раза в пять лет.

4.4. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

- [1. Барышникова Т. Азбука хореографии : Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. — СПб. : «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС», 1996. — 256 с.](#)
- [2. Барышникова Т. Азбука хореографии. — М. : Рольф, 2000. — 266 с. : ил.](#)
- [3. Безуглая Г. А. Анализ танцевальной и балетной музыки : учеб. Пособие. — СПб : Изд-во Политехн. Ун-та, 2009. — 177 с.](#)
- [4. Бежар Морис Мгновение в жизни другого : мемуары / Морис Бежар. — М. : Союзтеатр, 1989. — 240 с.](#)
- [5. Ваганова А.Я. Основы классического танца : учебник. — 6 изд. — СПб. : Лань, 2001. — 192 с.](#)
- [6. Ваганова А.Я. Основы классического танца : учебник. — 9-е изд., стер. — СПб. : Лань, 2007. — 192 с.](#)
- [7. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец : учеб. Пособие / М. В. Васильева-Рождественская. — 2-е изд., пересмотр. — М. : Искусство, 1987. — 382 с. : ил.](#)
- [8. Валукин Е. П. Система мужского классического танца / Е. П. Валукин. — М. : Изд-во «ГИТИС», 1999. — 424 с.](#)
- [9. Валукин Е. П. Эволюция движений в мужском классическом танце : учеб. Пособ. / Е. П. Валукин. — М. : Изд-во «ГИТИС», 2007. — 248 с. : ил.](#)
- [10. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка : учеб. Пособ. / Г. П. Гусев. — М. : ВЛАДОС, 2002.](#)
- [11. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Этюды : учеб. Пособ. / Г. П. Гусев. — М. : ВЛАДОС, 2004. — 232 с.](#)

12. Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии : метод. Пособ. / И. Г. Есаулов. — Ижевск : Изд-во Удм. Ун-та, 1992. — 135 с. : ил.
13. Есаулов И. Г., Есаулова К. А. Народно-сценический танец : учеб. Пособие. — 3-е изд., стер. — СПб : Лань, 2017. — 208 с.
14. Климов А. Основы русского народного танца : учеб. Для студ. Хореографич. Отд-ний ин-тов культуры / А. Климов. — М. : Искусство, 1981. — 269 с.

Дополнительные источники

1. Борзов А. А. Народно-сценический танец: экзерсисы у станка : учеб. Пособ. / А. А. Борзов. — М. : Московская академия образования Н. Нестеровой, РАТИ – ГИТИС, 2008. — 493 с.
2. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала : учеб. Пособ. / Г. П. Гусев. — М. : ВЛАДОС, 2004. — 208 с.
3. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка : учеб. Пособ. / Г. П. Гусев. — М. : ВЛАДОС, 2002. — 208 с.
4. Гусев Г. П. Методика преподавания народного танца. Этюды : учеб. Пособ. / Г. П. Гусев. — М. : ВЛАДОС, 2004. — 232 с.
5. Народно-сценический танец : учеб.-метод. Пособ. Для средних спец. И высших учеб. Заведений искусств и культуры, Ч. 1 / К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер и др. — М. : Искусство, 1976. — 224 с.
6. Матвеев В. Ф. Русский народный танец : Теория и методика преподавания: Учебное пособие. — СПб. : Лань, 2010. — 256 с.
7. Народные танцы / авт.-сост. О.В. Иванникова. — М. : АСТ, 2007. — 62 с.
8. Настюков Г. А. Народный танец на самодеятельной сцене : советы балетмейстера / Г. Настюков. — М. : Профиздат, 1976. — 64 с.
9. Стуколкина Н. М. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца / Н. Стуколкина. — М. : Искусство, 1972. — 391 с.
10. Ткаченко Т. Народные танцы / Т. Ткаченко. — М. : Искусство, 1975. — 352 с.
11. Ткаченко Т. С. Народный танец / Т. С. Ткаченко. — М. : Искусство, 1967. — 656 с.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения МДК осуществляется преподавателем в процессе проведения текущего контроля, практических занятий, а также выполнения учащимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) <i>перечисляются все знания и умения, указанные в п.1.3.</i>	Основные показатели оценки результатов	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Обучающийся должен уметь:</p> <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 над своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами 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 	<p>Показатели оценки результата:</p> <p>методически грамотно исполнять элементы и основные комбинации классического танца.</p> <p>постоянно самосовершенствоваться профессиональный уровень;</p> <p>поддерживать собственную физическую профессиональную форму.</p>	<p>Формы контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> Устный опрос; Письменный опрос; Самостоятельная работа; Практический показ; <p>Методы контроля:</p> <p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> Фронтальный опрос; Индивидуальный опрос; Проверка самостоятельной работы; Контрольная работа; Проверка конспектов; Оценивание выполнения индивидуальных заданий; <p>Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет.</p>

<p>телосложения. 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; -знать основные понятия и термины по классическому танцу.</p>		
--	--	--