

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Гончарова Елена Анатольевна

Должность: Заведующий кафедрой театрального искусства

Дата подписания: 30.06.2026 14:11:10

Уникальный программный ключ:

30fad88f10364120ff2acbf7858a55f71e3df3976

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»

Факультет телерадиовещания и театрального искусства
Кафедра театрального искусства

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой театрального
искусства



Гончарова Е.А.

«18» мая 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.О.11 Физическая культура и спорт

Направление подготовки 51.03.05 – Режиссура театрализованных
представлений и праздников

Профиль подготовки – Режиссура зрелищ и событийных проектов

Квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Форма обучения – очная

Год начала подготовки – 2026

Краснодар
2026

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки **51.03.05 «Режиссура театрализованных представлений и праздников»** утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.12.2017 года, приказ № 1181 и основной профессиональной образовательной программой.

Рецензенты:

Заслуженный работник культуры Кубани,
заместитель директора ГКУ КК «Дом
журналистики», режиссер

И.В. Лукинская

Доктор культурологии, доцент,
профессор кафедры театрального искусства
Краснодарского государственного института
культуры

М.К. Найденко

Составитель:

Преподаватель кафедры театрального искусства Андропова Дарья Алексеевна

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры театрального искусства «18» мая 2026 г., протокол № 5.

Рабочая программа одобрена и рекомендована к использованию в учебном процессе Учебно-методическим советом ФГБОУ ВО «КГИК» «29» мая 2026 г., протокол № 10.

Содержание

1. Цели и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.....	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.....	4
4. Структура и содержание дисциплины:.....	5
4.1. Структура дисциплины.....	5
4.2. Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы.....	5
5. Образовательные технологии.....	6
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:	
6.1. Контроль освоения дисциплины.....	6
6.2. Фонд оценочных средств.....	6
7. Учебно-методическое и информационно обеспечение дисциплины...	8
7.1. Основная литература.....	8
7.2. Дополнительная литература.....	8
7.3. Периодические издания.....	9
7.4. Интернет-ресурсы.....	9
7.5. Методические указания и материалы по видам занятий.....	9
7.6. Программное обеспечение.....	10
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	10
9. Дополнения и изменения к рабочей программе учебной дисциплины	11

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является формирование у будущих режиссеров основ сценического движения с целью возможности преподавания данной дисциплины в образовательных учреждениях среднего и высшего профессионального образования, а также в рамках образовательных программ повышения квалификации и переподготовки специалистов. Обучение навыкам специальной техники движений с целью создания интересных пластических решений массовых форм в результате художественно-творческой деятельности

Задачи:

- Оснастить знаниями в области методики преподавания основ сценического движения в образовательных учреждениях и учреждениях культуры.
- Оснастить специальными навыками в области сценического движения с целью создания интересных пластических решений массовых форм в результате художественно-творческой деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части дисциплин (Б1.О.11) предназначенных для подготовки режиссеров театрализованных представлений и праздников, которые должны иметь высокий уровень профессиональной подготовки в области пластического искусства.

Данная дисциплина является фундаментом профессии, которую наполняют и дополняют такие дисциплины как: Сценическое движение в массовых формах театрального искусства, Танец в массовых формах театрального искусства, Хореография и пластика в режиссуре зрелищ.

Данная дисциплина является важной для всех видов практики.

Программа адаптирована для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины, обучающиеся должны продемонстрировать следующие результаты.

Наименование компетенции	Индикаторы		
	Знать	Уметь	Владеть

УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • научно-биологические и практические основы физической культуры, спортивной тренировки и здорового образа жизни • основы планирования самостоятельных занятий с учетом индивидуальных возможностей организма. 	<ul style="list-style-type: none"> • определять индивидуальные режимы физической нагрузки, • контролировать направленность ее воздействия на организм с разной целевой ориентацией 	<ul style="list-style-type: none"> • опытом рациональной организации и проведения самостоятельных занятий в соответствии с индивидуальными возможностями организма • опытом применения средств оздоровления для самокоррекции здоровья и физического развития
---	---	--	---

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц (72 часа) по очной форме обучения:

№ п/п	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)		
				лекции	самостоятельная работа	Вид контроля
1	Основы физической культуры	1	1-16	16	56	зачет

по заочной форме обучения:

№ п/п	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)		
				лекции	самостоятельная работа	Вид контроля
1	Основы физической культуры	1	1-16	4	68	зачет

4.2. Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной)
по очной форме обучения:

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (темы, перечень раскрываемых вопросов): лекции, практические занятия (семинары), индивидуальные занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа	Объем часов /з.е.	Формируемые компетенции (по теме)
1	2	3	4
1 семестр			
Раздел 1. Основы физической культуры.			
Тема 1.1 Научно-биологические основы физической культуры	<u>Лекции:</u> Анатомо-морфологические и физиологические функции человеческого организма. Общее представление об энергообеспечении мышечного сокращения. Общее представление о строении тела человека, его тканях, органах и физиологических системах.	6	УК-7
	<u>Самостоятельные занятия:</u> изучение литературы	20	
Тема 1.2. Практические основы физической культуры	<u>Лекции:</u> Оценка физического развития Методы оценки физического развития Оценка физической подготовленности	6	УК-7
	<u>Самостоятельные занятия:</u> изучение литературы	18	
Тема 1.3. Основы планирования самостоятельных занятий с учетом индивидуальных возможностей организма	<u>Лекции:</u> Диагностика и самодиагностика организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом. Самоконтроль и Педагогический контроль.	4	УК-7
	<u>Самостоятельные занятия:</u> изучение литературы	18	
Контроль: зачёт.			
ВСЕГО:		72	

по заочной форме обучения:

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (темы, перечень раскрываемых вопросов): лекции, практические занятия (семинары), индивидуальные занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа	Объем часов /з.е.	Формируемые компетенции (по теме)
1	2	3	4
1 семестр			
Раздел 1. Основы физической культуры.			
Тема 1.1 Научно-биологические основы физической культуры	<u>Лекции:</u> Анатомо-морфологические и физиологические функции человеческого организма. Общее представление об энергообеспечении мышечного сокращения. Общее представление о строении тела человека, его тканях, органах и физиологических системах.	2	УК-7
	<u>Самостоятельные занятия:</u> изучение литературы	20	
Тема 1.2. Практические основы физической культуры	<u>Лекции:</u> Оценка физического развития Методы оценки физического развития Оценка физической подготовленности	6	УК-7
	<u>Самостоятельные занятия:</u> изучение литературы	20	
Тема 1.3. Основы планирования самостоятельных занятий с учетом индивидуальных возможностей организма	<u>Самостоятельные занятия:</u> изучение литературы	18	УК-7
Контроль:		Зачет	
ВСЕГО:		72	

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Предмет «Физическая культура и спорт» предусматривает в учебном процессе лекционные и самостоятельные занятия.

6 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

6.1. Контроль освоения дисциплины

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов ФГБОУ ВО «Краснодарский государственный институт культуры». Программой дисциплины в целях проверки прочности усвоения материала предусматривается проведение различных форм контроля.

Текущий контроль успеваемости студентов по дисциплине производится в следующих формах:

- Устный опрос

Рубежный контроль производится 3 раза в течение семестра и предусматривает оценку знаний, умений и навыков студентов по пройденному материалу по данной дисциплине. На контрольных мероприятиях используются следующие методы оценки знаний:

- Письменные задания
- Устный опрос

Промежуточный контроль выставляется по результатам трех контрольных мероприятий и проходит в форме зачёта в виде устного опроса.

6.2. Оценочные средства

6.2.1. Примеры тестовых заданий (ситуаций) (не предусмотрено)

6.2.2. Вопросы и задания для проведения контрольных мероприятий.

1 семестр

1 контрольная точка – устный опрос на тему: «физиологические функции человеческого организма».

2 контрольная точка - письменная работа на тему: «самоанализ психофизического аппарата студента»

3 контрольная точка – письменное составление индивидуального тренинга с учетом анатомо-морфологических и физических особенностей личности.

6.2.3. Тематика эссе, рефератов, презентаций (не предусмотрено)

6.2.4. Вопросы к зачету по дисциплине

1. Анатомо-морфологические и физиологические функции человеческого организма
2. Общее представление о строении тела человека, его тканях, органах и физиологических системах.
3. Общее представление об энергообеспечении мышечного сокращения.
4. Методы оценки физического развития.
5. Оценка физической подготовленности.
6. Диагностика и самодиагностика организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
7. Самоконтроль и Педагогический контроль.

8. Оценка физического развития.
9. Научно-биологические основы физической культуры.
10. Необходимость физической культуры в мастерстве режиссера.
11. Структура работы режиссера над физической культурой актера в процессе репетиции.
12. Составление физического тренинга на основе исходных данных актера.

6.2.5. Вопросы к экзамену по дисциплине (не предусмотрено)

6.2.6. Примерная тематика курсовых работ (не предусмотрено)

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1. Основная литература

1. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. Ставрополь : Изд-во СГУ. – 2001. – 224 с.
2. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 228 с., ил.
3. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. - М.: Просвещение, 1991. - 65 с.
4. Вайнбаум Я.С. Физические упражнения и здоровье школьников // Физическая культура в школе. - 1993. - № 2.- С. 59.
5. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. проф. В.И.Ильинича . - М.: Гардарики, 1999. - 448 с.
6. Лаптев А.П. Гигиена физкультурника. - М.: Знание, 1989. - Новое в жизни, науке, технике. Серия “Физическая культура и спорт”. - № 1.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культ. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 543 с.: ил.
8. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. для техникумов физ. культ. / Под ред. А.А.Гужаловского. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 352 с.: ил.
9. Переверзин И.И. Школьный спорт в России: Мини-инциклопедия.- М.: РГАФК. “Школа спортивного бизнеса”, 1994. - 255 с.
10. Столяров В.И., И.М.Быховская, Л.И.Лубышева. Концепция физической культуры и физкультурного воспитания (инновационный подход) //Теория и практика физической культуры. - 1998.- № 5.- С. 11.

11. Соловьёв Г.М. Основы здорового образа жизни и методика оздоровительной физической культуры: Учеб. пособие. Ч. 1 и 2. Ставрополь: Изд-во СГУ, 1998. - 346 с.
12. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для студентов фак. физ. культ. пед. ин-тов по спец. 0303 "Физическая культура" / Под ред Б.А.Ашмарина. - М.: Просвещение, 1990. - 287 с.: ил.
13. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 224 с.

7.2. Дополнительная литература

1. Карпман В.Л. и др. Тестирование в спортивной медицине / В.Л. Карман, З.Б. Белоцерковский, И.А. Гудков. - М.: Физкультура и спорт, 1988. - 208 с.
2. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания: Учеб. пособие для студентов. - Киев, 1999. - 230 с.
3. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия: Пер. с англ. - 2-е изд. - М.: Фис, 1989. - 224 с.
4. Муравов И.В. Оздоровительные эффекты физической культуры и спорта. - Киев: Здоров'я., 1989. - С. 12 - 98.
5. Синяков А.Ф. Секреты бодрости и здоровья. - М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. - 464 с.
6. Хрущев С.В. Врачебный контроль за физическим состоянием школьников. - М.: Медицина, 1980. - С. 85.
7. Физическое воспитание в реабилитации студентов с ослабленным здоровьем: Учебное пособие для студентов вузов Под ред. А.В. Чоговадзе. - М.: Высшая школа, 1986. - 144 с.
8. Виру А.А. и др. Аэробные упражнения / Виру А.А., Юримяэ Т.А., Смирнова Т.А. - М.: ФиС, 1988. - 142 с.
9. Здоровье: Популярная энциклопедия / Белорус. Сов. Энцикл.; Редколлегия. Е.Я.Безносиков и др. - Мн.: БелСЭ, 1990. - 670 с.
10. Мотылянская Р.Е., Иерусалимский Л.А. Врачебный контроль при массовой физкультурно-оздоровительной работе. - М.: Физкультура и спорт, 1980. - С. 120.
11. Физическое воспитание студентов и учащихся: Учебник. / Под ред. В.А.Головина и др. - М.: Высшая школа, 1983. - 391 с.

7.3. Периодические издания

1. «Петербургский театральный журнал»
2. «Театрал» журнал
3. Журнал «Театр»

7.4. Интернет-ресурсы

1. Агентство «ЦЕХ», официальный сайт, <http://dance->

net.ru/ru/action.text?id=1438.

2. Гептахор, официальный сайт http://www.heptachor.ru/О_Дункан
3. Глэм Т., *От "голового человека на голой сцене" к мимодраме*, http://zhurnal.lib.ru/t/tatxjana_g/pantomima.shtml
4. Гребенщикова Т.А., *ЭМПАТИЯ*, <http://www.krugosvet.ru/articles/>
5. Каминская Н., http://www.kultura-portal.ru/tree_new/cultpaper/
6. Крылова М., *Из грязи в князи, или Принцесса на горошине* <http://www.russ.ru/culture/>
7. Кухта Е., *Театральная антропология: как понимает ее Эудженио Барба*, Петербургский театральный журнал, <http://ptzh.theatre.ru/2002/28/17/>
8. Материал из Википедии, http://www.netencyclo.com/ru/Маргарет_Моррис
9. Материал из Википедии, http://www.netencyclo.com/ru/Свободный_танец

7.5. Методические указания и материалы по видам занятий

Краткие методические указания для студентов.

1) Для раздела «Физический тренинг актера» необходимо знать основные принципы построения индивидуального и парного тренинга, соблюдать правила техники безопасности, использовать рекомендуемую литературу.

2) Для разделов: «Сценические падения», «Сценическая акробатика», «Сценический бой без оружия» необходимо точно знать технику исполнения трюкового элемента, знать методы страховки, уметь объективно оценивать свои физические возможности, использовать рекомендации педагога в области построения сценического этюда, активно искать источник информации в видео материалах.

Для оценки и текущего контроля знаний используются показы этюдов по темам: сценическая акробатика, сценический бой без оружия, сценическое фехтование, взаимодействие с предметом, проведение открытых уроков, доклады, постановка этюдов, спектакль.

7.6. Программное обеспечение

1. Adobe Master Collection CS 6;
2. Adobe Premiere pro CS4;
3. MS Windows версии XP, 7,8,10;
4. Cyberlink PowerDVD 11 Standart;
5. Intro trans Pro
6. Kaspersky Endpoint Security";
7. MS office professional plus 2007 , MS office professional plus 2010;
8. АИБС "MARC-SQL" включая модули "Периодика" Комплектование

Поиск Абонемент Книгообеспечение.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Просторная аудитория, гимнастические маты, стулья, столы, лавочки,

пандусы, кубы разных размеров, гимнастические палочки, теннисные мячи, обручи, скакалки, веревки, колюще-рубящие шпаги, музыкальное и световое оборудование.

**Дополнения и изменения
к рабочей программе учебной дисциплины**

на 20__-20__ уч. год

В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие изменения:

- _____;
- _____;
- _____;
- _____;
- _____;
- _____;
- _____;

Дополнения и изменения к рабочей программе рассмотрены и рекомендованы на заседании кафедры _____

(наименование)

Протокол № _____ от « ____ » _____ 20__ г.

Заведующий кафедрой

_____/_____/_____/_____
(наименование кафедры) (подпись) (Ф.И.О.) (дата)