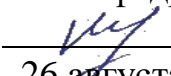


Министерство культуры Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»**
Факультет народной культуры
Кафедра хореографии

УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедрой хореографии
 В.Н. Карпенко
26 августа 2021 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Б1.В.ДВ.01.03 Балетная гимнастика**

Направление подготовки 51.03.02 Народная художественная культура
Профиль подготовки Руководство хореографическим любительским коллективом
Форма обучения – очная, заочная

**Краснодар
2021**

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины «Балетная гимнастика» студентам очной и заочной формы обучения по направлению подготовки 51.03.02 – Народная художественная культура в 3-4 семестрах.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 51.03.02 – Народная художественная культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.12.2017 года, приказ № 1178 основной образовательной программой.

Рецензенты:

Зав. кафедры хореографии,
профессор, кандидат педагогических наук

В.Н. Карпенко

Заслуженная артистка России,
Главный балетмейстер
Государственного концертного
ансамбля танца и песни
«Кубанская казачья вольница»

И.Ю.Кубарь

Составители:

И.А. Карпенко, доцент, Заслуженный работник культуры РФ,
М.А. Погорелова, старший преподаватель кафедры хореографии

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры хореографии «26» августа 2021 года протокол № 1.

Зав. кафедрой хореографии

В.Н. Карпенко

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена и рекомендована к использованию в учебном процессе Учебно-методическим советом ФГБОУ ВО КГИК «26» августа 2021 года, протокол № 11.

Содержание

| | |
|---|----|
| 1. Цели и задачи освоения дисциплины | 4 |
| 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО | 4 |
| 3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины | 5 |
| 4. Структура и содержание дисциплины: | 5 |
| Структура дисциплины | 5 |
| Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы | 7 |
| 5. Образовательные технологии | 8 |
| 6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации: | 8 |
| Контроль освоения дисциплины | 8 |
| Оценочные средства | 9 |
| 7. Учебно-методическое и информационно обеспечение дисциплины (модуля) | 11 |
| Основная литература | 11 |
| Дополнительная литература | 11 |
| Периодические издания | 12 |
| Интернет-ресурсы | 12 |
| Методические указания и материалы по видам занятий | 12 |
| Программное обеспечение | 12 |
| 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) | 12 |
| 9. Дополнения и изменения к рабочей программе учебной дисциплины (модуля) | 13 |

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: развивать важнейшие качества, составляющие основу исполнительского мастерства хореографа, силу и выносливость. Изучение методики преподавания балетной гимнастики. Освоение школы, традиций накопленных отечественной балетной хореографией. Суммирование разнообразных теоретических и практических знаний, способствующих формированию педагога-хореографа. Развитие пластичности и выразительности движения.

Задачи:

- воспитание высоких моральных, волевых и физических качеств, готовности к высокопроизводительному труду;
- сохранение и укрепление здоровья, содействие правильному формированию и всестороннему развитию организма, поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения;
- всесторонняя физическая подготовка;
- профессионально-прикладная физическая подготовка с учётом особенностей их будущей трудовой деятельности;
- приобретение необходимых знаний по основам теории, методики и организации процесса формирования мышечной силы и укрепления связок и сухожилий, направленных на приобретении виртуозной техники в строгом соответствии с методикой классического танца;
- совершенствования исполнительского мастерства;
- воспитание убеждённости в необходимости регулярно заниматься совершенствованием своего тела;
- изучении основных элементов классического танца;
- овладение навыками координации движений;
- развитие выносливости.

Процесс обучения организуется в зависимости от состояния здоровья, уровня физического развития и подготовленности, их хореографической квалификации, а также с учётом условий и характера труда их предстоящей профессиональной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО:

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Направлена на формирование хореографической культуры личности обучаемого, подготовку к социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья. Способствует расширению и углублению знаний и навыков по физиологии, педагогике и психологии, что позволяет повысить уровень профессиональной компетентности будущего специалиста.

Изучение предмета «Балетная гимнастика» тесно связано с изучением дисциплин, как «Физическая культура и спорт», «Общая физическая подготовка», «Партерная гимнастика», «Спортивные игры», «Анатомо-физиологические основы хореографии».

3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

| Наименование компетенций | Индикаторы сформированности компетенций | | |
|--|--|--|--|
| | знает | умеет | владеет |
| УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности | научно-биологические и практические основы физической культуры, спортивной тренировки и здорового образа жизни основы планирования самостоятельных занятий с учетом индивидуальных возможностей организма. | определять индивидуальные режимы физической нагрузки контролировать направленность ее воздействия на организм с разной целевой ориентацией | 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

Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 зачетная единица (54 часа).

По очной форме обучения

| № п/п | Раздел дисциплины | Семестр | Неделя семестра | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | | | Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-------|-------------------|---------|-----------------|--|----|----|---|
| | | | | Л | ПЗ | СР | |
| | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|------|---|-----|---|------------------|
| 1. | Теория и методика основополагающих принципов в области Балетной гимнастики. | 3 | 1-16 | - | 48 | 6 | Контрольный урок |
| 2. | Основы профессиональных навыков для совершенствования и дальнейшего технического развития. | 4 | 1-16 | | 54 | | Контрольный урок |
| | Итого: | | | | 102 | 6 | Зачет |
| | Всего | | | | 108 | | |

По заочной форме обучения

| № п/п | Раздел дисциплины | Семестр | Неделя семестра | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) | | | Формы текущего контроля успеваемости <i>(по неделям семестра)</i> Форма промежуточной аттестации <i>(по семестрам)</i> |
|-------|---|---------|-----------------|--|-----|----|---|
| | | | | Л | ПЗ | СР | |
| 1. | Теория и методика основополагающих принципов в области Балетной гимнастики. | 3 | 1-16 | - | 12 | 42 | Контрольный урок |
| 2. | Основы профессиональных навыков для совершенствования и дальнейшего технического развития. | 4 | 1-16 | | 12 | 42 | Контрольный урок |
| | Итого: | | | | 24 | 84 | Зачет |
| | Всего | | | | 108 | | |

Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы

По очной форме обучения

| №№ Темы | Название раздела | Всего часов | Количество часов | | | Формируемые компетенции |
|---------------------------------------|--|-------------|------------------|--------------|------------------------|-------------------------|
| | | | Лекции | Практические | Самостоятельная работа | |
| 1 | 2 | 3 | | | 4 | |
| 3 семестр | Раздел 1. Теория и методика основополагающих принципов в области Балетной гимнастики | | | | | |
| | Тема 1. «Средства развития силы и выносливости за счет увеличения количества движений». | | | 16 | 2 | УК-7 |
| | Тема 2. «Средства развития силы и выносливости за счет ускорения или замедления темпа». | | | 16 | 2 | УК-7 |
| | Тема 3. «Методика построения урока балетной гимнастики». | | | 16 | 2 | УК-7 |
| 4 семестр | Раздел 2. Основы профессиональных навыков для совершенствования и дальнейшего технического развития. | | | | | УК-7 |
| | Тема 4. «Тренажная классика как составляющая балетной гимнастики в развитии исполнительского мастерства». | | | 27 | | УК-7 |
| | Тема 5. «Методика ведения урока балетного тренажа (тренажная классика)». | | | 27 | | УК-7 |
| Вид итогового контроля (зачет) | | | | | | |
| Итого: | | | | 102 | 6 | |
| ВСЕГО: | | 108 | | | | |

По заочной форме обучения

| №№ Темы | Название раздела | Всего часов | Количество часов | | | Формируемые компетенции |
|---------|------------------|-------------|------------------|--------------|------------------------|-------------------------|
| | | | Лекции | Практические | Самостоятельная работа | |
| 1 | 2 | 3 | | | 4 | |

| | | | | | | |
|--------------------------------|---|-----|--|----|----|------|
| 3 семестр | Раздел 1. Теория и методика основополагающих принципов в области Балетной гимнастики | | | | | |
| | Тема 1.«Средства развития силы и выносливости за счет увеличения количества движений». | | | 4 | 14 | УК-7 |
| | Тема 2. «Средства развития силы и выносливости за счет ускорения или замедления темпа». | | | 4 | 14 | УК-7 |
| | Тема 3. «Методика построения урока балетной гимнастики». | | | 4 | 16 | УК-7 |
| 4 семестр | Раздел 2. Основы профессиональных навыков для совершенствования и дальнейшего технического развития. | | | | | УК-7 |
| | Тема 4. «Тренажная классика как составляющая балетной гимнастики в развитии исполнительского мастерства». | | | 6 | 22 | УК-7 |
| | Тема 5. «Методика ведения урока балетного тренажа (тренажная классика)». | | | 6 | 18 | УК-7 |
| Вид итогового контроля (зачет) | | | | | | |
| Итого: | | | | 24 | 84 | |
| ВСЕГО: | | 108 | | | | |

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

- разбор конкретных ситуаций,
- создание ситуаций творческого поиска,
- разработка и использование мультимедийных пособий и программ,
- создание творческих проектов,
- моделирование учебных ситуаций,
- мастер-классы,
- участие в международных научных конференциях,
- написание научных статей, рефератов,
- встреча с российскими и зарубежными специалистами.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Контроль освоения дисциплины

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

Текущий контроль успеваемости по дисциплине производится в следующих формах:

- устный опрос;
- практическое задания.

Рубежный контроль предусматривает оценку знаний, умений и навыков студентов по пройденному материалу по данной дисциплине на основе текущих оценок, полученных ими на занятиях за все виды работ. В ходе рубежного контроля используются следующие методы оценки знаний:

- студентов устные ответы;
- оценка выполнения самостоятельной работы;
- практические работы;
- работа с первоисточниками;
- реферативная;
- исследовательская работа;
- выполнение заданий в форме реализации НИРС.

Промежуточный контроль по результатам семестра по дисциплине проходит в форме зачета на 4 семестре.

Оценочные средства

Примеры тестовых заданий (ситуаций) (не предусмотрено)

Контрольные вопросы для проведения текущего контроля

3 семестр.

1. Средства развития силы и выносливости за счет увеличения количества движений в балетной гимнастике.
2. Процесс формирования мышечной силы и укрепления связок и сухожилий, направленный на приобретение виртуозной техники, начинается с выработки выворотности в балетной гимнастике.
3. Виды выворотности (активная, пассивная, дополнительная, общая выворотность в балетной гимнастике). Их роль и значение.
4. Значение подвижности ноги в тазобедренном суставе в балетной гимнастике.
5. Физиологические особенности строения ноги.
6. Двигательно-мышечный аппарат, его роль в развитии всего организма в целом.
7. Средства развития силы и выносливости за счет ускорения или замедления темпа.
8. Амплитуда движений, ее значение и роль в балетной гимнастике.
9. Распределение физической нагрузки, учитывая ритмическую составляющую.
10. Методика построения урока балетной гимнастики.

4 семестр.

1. Методика построения урока тренажной классики
2. Балетная гимнастика, ее роль и значение в хореографическом искусстве.
3. Влияние партерной гимнастики на дальнейшее развитие физических данных.
4. Роль и значение в хореографическом искусстве экзерсиса у палки.
5. Методика построения урока тренажной классики.
6. Allegro, подготовка к прыжкам и их виды.

7. Методика построения урока классического тренажа
8. Комплекс упражнений партерной гимнастики.
9. Упражнения на расслабление.

. Примерная тематика вопросов к зачету по дисциплине

1. «Балетная гимнастика» и ее особенности.
2. Разделы, входящие в состав балетной гимнастики
3. Взаимосвязь современной науки и балетной гимнастики.
4. Основы обучения балетной гимнастики.
5. Комплекс упражнений балетной гимнастики. Характеристика, структура.
6. Упражнения вводной и основной частей балетной гимнастики..
7. Комплекс упражнений балетной гимнастики.
8. Силовые упражнения балетной гимнастики.
9. Регулирование нагрузки в балетной гимнастики.
10. Дыхание в балетной гимнастики.
11. Средства развития силы и выносливости за счет увеличения количества движений в балетной гимнастике.
12. Процесс формирования мышечной силы и укрепления связок и сухожилий, направленный на приобретение виртуозной техники, начинается с выработки выворотности в балетной гимнастике.
13. Виды выворотности (активная, пассивная, дополнительная, общая выворотность в балетной гимнастике). Их роль и значение.
14. Значение подвижности ноги в тазобедренном суставе в балетной гимнастике.
15. Физиологические особенности строения ноги.
16. Двигательно-мышечный аппарат, его роль в развитии всего организма в целом.
17. Средства развития силы и выносливости за счет ускорения или замедления темпа.
18. Амплитуда движений, ее значение и роль в балетной гимнастике.
19. Распределение физической нагрузки, учитывая ритмическую составляющую.
20. Методика построения урока балетной гимнастики.
21. Методика построения урока тренажной классики.
22. Балетная гимнастика, ее роль и значение в хореографическом искусстве.
23. Влияние балетной гимнастики на дальнейшее развитие физических данных.
24. Роль и значение в хореографическом искусстве экзерсиса у палки.
25. Методика построения урока тренажной классики.
26. Allegro, подготовка к прыжкам и их виды.
27. Методика построения урока классического танца.
28. Комплекс упражнений балетной гимнастики.
29. Упражнения на расслабление.

Примерная тематика курсовых работ (не предусмотрено).

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

Основная литература

1. Васильков, В.Г. Физическое воспитание как средство целостного развития личности студента вуза : 13.00.05-"Теория, методика и организация социально-культурной деятельности":автореф. дис. канд. пед. наук / В. Г. Васильков ; В.Г. Васильков. - СПб. : СПбГУКИ, 2003. - 24 с. - Б.ц.

2. Чуйко, Ю.И. Курс лекций по физической культуре : учебно-метод. пособие для студентов очной и заочной форм обучения / Ю. И. Чуйко, В.М. Хамзин ; М-во культуры РФ; КГИК. - Краснодар: КГИК, 2016. - 175 с.

3. Чуйко, Ю.И. Реферат по физической культуре : учеб.-метод. пособие для студентов КГУКИ / Ю. И. Чуйко, В. Г. Выскубов. - Краснодар, 2007. - 26 с. - 30.00.

4. Васильков, В.Г. Физическое воспитание как средство целостного развития личности студента вуза : 13.00.05-"Теория, методика и организация социально-культурной деятельности":автореф. дис. канд. пед. наук / В. Г. Васильков ; В.Г. Васильков. - СПб. : СПбГУКИ, 2003. - 24 с. - Б.ц.

5. Караулова, Л.К. Физиология физического воспитания и спорта [Текст] : учеб. [для бакалавров] / Л. К. Караулова, Н. А. Красноперова, М. М. Расулов ; [ред. И.В. Пирогова]. - 4-е изд., стер. - М. : Академия, 2016. - 298 с. - (Высш. образование. Бакалавриат). - ISBN 978-5-4468-3270-5 : 1201.00.

Дополнительная литература:

1. Буянов, М.В. Физическая культура как культурфилософский феномен (историко-функциональный подход) : 24.00.01-теория и история культуры: автореф. дис. канд. филос. наук / М. В. Буянов ; М.В. Буянов. - Саранск : Изд-во Мордов. ун-та, 2002. - 17 с. - Б.ц.

2. Формирование ценностных ориентаций у студентов вузов физической культуры, спорта и туризма : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08: защищена 23.06.2006 г. / Н. А. Савина ; Савина Наталья Александровна. - Краснодар, 2006. - 171 с. - Б.ц.

3. Шулятьев, В.М. Физическая культура студента : учебное пособие / В.М. Шулятьев, В.С. Побыванец. - М. : Российский университет дружбы народов, 2012. - 287 с. - ISBN 978-5-209-04347-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=226786>

4. Чеснова, Е.Л. Физическая культура : учебное пособие / Е.Л. Чеснова. - М. : Директ-Медиа, 2013. - 160 с. - ISBN 978-5-4458-3076-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210945>

5. Григорович, Е.С. Физическая культура : учебное пособие / Е.С. Григорович, К.Ю. Романов ; под ред. Е.С. Григорович, В.А. Переверзев. - 3-е изд., доп. и перераб. - Минск : Вышэйшая школа, 2011. - 352 с. - ISBN

978-985-06-1979-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144214>

6. Никифоров, Н.В. Формирование ценностей здорового образа жизни в условиях досугового объединения спортивно-оздоровительной направленности [Текст] : автореф. дис... канд. пед. наук : 13.00.05 : защищена 30 марта 2012 г. / Н. В. Никифоров ; Никифоров Николай Владимирович. - Казань, 2012. - 22 с. - б. ц.

Периодические издания

1. «Теория и практика физической культуры» – ежемесячный научно-теоретический журнал.
2. «Физкультура и спорт» – ежемесячный иллюстрированный журнал.

Интернет-ресурсы

4.<http://news.sportbox.ru/>

5.<http://fizkultura-na5.ru/>

6.<http://sport-men.ru/>

7.http://bibl.kfmesi.ru/files/ymk/fizkylt_1.pdf

Методические указания и материалы по видам занятий.

Каждый год обучения партерной гимнастики имеет свою программу, цели и задачи. Для развития техники и профессиональных навыков необходимо уделять внимание работе над выворотностью, танцевальным шагом, правильной постановке корпуса, рук, головы, гибкостью, устойчивостью, четкой координации движения, прыжку.

Программное обеспечение

Компьютеры, справочные системы, энциклопедические издания, выход в сеть Интернет, мультимедийный проектор, экран, аудио и видео сопровождение курса.

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Балетные станки, зеркала, музыкальные инструменты (рояль, баян), аудиоаппаратура, телевизор, DVD-проигрыватель, нотные материалы, аудио и видеоматериалы по методике преподавания хореографических дисциплин, видеофильмы и видеозаписи уроков и экзаменов, балетных спектаклей классического и современного репертуара мировых балетных компаний, видеоматериалы, научная и учебная литература и народно – сценической и национальной хореографии, творчестве выдающихся мастеров народного танца, государственных академических коллективах, афиши и материалы о фестивалях и конкурсах народного художественного творчества.

**9. Дополнения и изменения
к рабочей программе учебной дисциплины (модуля)**

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 _____

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

Исполнитель(и):

| | | | |
|----------------------|------------------------|-----------------------|---------------------|
| _____ (должность) | / _____ / (подпись) | / _____ / (Ф.И.О.) | / _____ / (дата) |
| _____ (должность) | / _____ / (подпись) | / _____ / (Ф.И.О.) | / _____ / (дата) |

Заведующий кафедрой

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