

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УПО.08.02 «ТРЕНАЖ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА»

Рабочая программа учебной дисциплины «Тренаж классического танца» является частью образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 «Искусство балета», квалификации «Артист балета, преподаватель».

Данная программа разработана в соответствии с ФГОС СПО по специальности 52.02.01 «Искусство балета».

Рабочая программа «Тренаж классического танца» разработана преподавателями классического танца ГБПОУ г. Москвы «МГХУ имени Л.М.Лавровского»: заслуженной артисткой Российской Федерации Денисовой Л.В., заслуженным работником культуры Российской Федерации Новиковой Л.А.; одобрена предметно-цикловой комиссией классического танца (протокол № 1 от «28» августа 2018 г., председатель ПЦК – Сухорукова А.Ф.), утверждена заместителем директора по учебно-воспитательной работе Стрига Е.А. 30.08.2018 г.

Дисциплина «Тренаж классического танца» относится к предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и направлена на формирование общей компетенции ОК11:

- использовать результаты освоения предметной области «Искусство» основного общего образования в профессиональной деятельности;
- а также на формирование профессиональной компетенции ПК1.6.:
- сохранение и поддержание собственной внешней физической и профессиональной формы.

В рамках общеобразовательного учебного цикла, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, дисциплина «Тренаж классического танца» изучается в течение пяти лет: с 1-го по 5-й балетный класс (1-й класс соответствует 5-му общеобразовательному классу).

Максимальная учебная нагрузка обучающегося – 368 часа, в том числе аудиторная нагрузка составляет – 368 часов.

Дисциплина «Тренаж классического танца» предусматривает отдельное обучение учащихся каждого пола на весь период обучения. Занятия по форме организации – мелкогрупповые. Формой контроля знаний обучающихся являются итоговые занятия с 1-го по 5-й классы.

Цель программы «Тренаж классического танца» - подготовка высококвалифицированных артистов балета.

Основные задачи курса:

- овладение учащимися системой знаний о физическом совершенствовании человека;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- развитие гибкости корпуса и танцевального шага учащихся;
- укрепление мышц спины, брюшного пресса и выворотности бедер учащихся;
- способствование формированию выносливости коленного сустава и стопы учащихся.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
- роль тренажа классического танца в профессиональной подготовке артиста балета;
- требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств;
- соблюдать требования к безопасности при выполнении тренажа классического танца.

Предметные результаты изучения предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны отражать:

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Реализация программы дисциплины «Тренаж классического танца» требует наличия хореографического зала.

Оборудование хореографического зала: зеркала, фортепиано.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет – ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Баднин И. Охрана труда и здоровья артистов балета. Учебное пособие – М.: Медицина, 1987 .
2. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем – М.: МГАХ, 2004.
3. Миловзоров М. Анатомия и физиология человека. Учебник – М.: Медицина, 1976 .
4. Миронова З., Баднин И. Повреждения и заболевания опорно-двигательного аппарата у

артистов балета – М.: Медицина, 1976.

Дополнительные источники:

1. Бахрушин Ю. История русского балета. Учебное пособие – М.: Советская Россия. Просвещение, 1977.
2. Блок Л. Классический танец. История и современность – М.: Искусство, 1987 .
3. Красовская В. Русский балетный театр второй половины XIX в. - Л. - М.: Искусство, 1963.
4. <http://www.balletacademy.ru>.
5. <http://www.mariinsky.ru>.
6. <http://www.vaganova.ru>.