

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



А.А.Панфилов

« 25 » 04 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ. ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ**  
**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ»**

(наименование дисциплины)

Направление подготовки 52.03.01 «Хореографическое искусство»

Профиль подготовки «Искусство балетмейстера-репетитора»

Уровень высшего образования бакалавриат

Форма обучения заочная

Се- местр	Трудоем- кость зач. ед, час.	Лек- ций, час.	Прак- тич. зая- тий, час.	Лабо- рат. работ, час.	Инд. зая- тий, час.	СРС, час.	Форма про- межуточного контроля (экз./зачет)
1	2/72	-	4	-	-	68	зачет
Итого	2/72	-	4	-	-	68	зачет

Владимир 2016

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Целью** освоения дисциплины «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» является: формирование физической культуры студента как системного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего балетмейстера-репетитора, способного реализовать ее в учебной и в социально-профессиональной деятельности. Подготовка будущих балетмейстеров-репетиторов к самостоятельной практической исполнительской деятельности в сфере хореографии в соответствии с исторически сложившейся в России методикой преподавания классического танца и с учетом требований, предъявляемых современным уровнем развития хореографического искусства.

**Основной задачей** обучения является: практическое овладение элементами классического экзерсиса, исполнительской культурой и выразительными средствами классического танца. Формирование потребностей студентов в физическом самосовершенствовании и поддержании высокого уровня здоровья через сознательное использование всех организационно-методических форм тренажного класса классического танца.

### **Задачи:**

#### 1. Освоить:

- понятийный аппарат классического танца и партерной гимнастики;
- французскую терминологию (письменно и устно) для обозначения основных движений и элементов классического танца;
- теоретические основы методики исполнения движений классического танца;
- подходы к разностороннему развитию организма;
- принципы сохранения и укрепления здоровья;
- мотивационные приемы по повышению уровня общей физической подготовленности;
- методы развития профессионально важных физических качеств и психомоторных способностей будущих бакалавров хореографического искусства.

#### 2. Овладеть:

- системно упорядоченным комплексом знаний, связанным с теоретическими, методическими и организационными основами тренажного класса классического танца;
- методически и технически грамотным исполнением движений классического танца и партерной гимнастики;
- грамотным, выразительным показом движений классического танца.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» (Б1.Б.19) является неотъемлемой частью хореографического образования, одним из основных предметов базовой части в подготовке бакалавров хореографического искусства по профилю «Искусство балетмейстера-репетитора».

В профессиональной подготовке выпускника курс «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» служит теоретическим и практическим фундаментом для других дисциплин профильной подготовки.

Знания и практические навыки, полученные при изучении данной дисциплины, служат основой для поддержания высокого уровня здоровья через сознательное использование всех организационно-методических форм тренажного класса классического танца.

Для освоения дисциплины «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» студент должен:

знать: теоретические и практические основы классического танца, основы композиции танца;

уметь: координированно и согласованно управлять опорно-двигательной системой применительно к исполнительской хореографической деятельности, принимать самостоятельные решения в творческом процессе;

владеть: координацией, основами дыхания в хореографии, музыкальной памятью и чувством ритма.

### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать «способности использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности» (ОК-8) и следующие результаты образования:

знать и понимать необходимость регулярной физической нагрузки для артиста; понятийный аппарат классического танца и партерной гимнастики;

уметь: методически и технически грамотно исполнять движения и танцевальные комбинации классического танца и партерной гимнастики;

владеть: основами методики исполнения движений классического танца и партерной гимнастики.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, 72 часа.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)						Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практические занятия	Инд. занятия	Контрольные работы	СРС	КП / КР		
1.	Тема: Введение в предмет. Понятийный аппарат. Предмет «Физическая культура и спорт» в системе обучения хореографии, его взаимовлияние и дополнение к преподаванию других дисциплин. Тема: Профессиональные требования, предъявляемые к возможностям опорно-двигательной системы исполнителей в хореографической деятельности. Функциональные профессиональные качества исполнителя. Тема: Основы обучения дыханию в хореографии, принципы развития в процессе занятий классическим танцем. Тема: Партерный класс Б. Князева.	1			1			23		0,5/50%	
2.	Тема: Цикл упражнений сидя на полу. Цикл упражнений лежа на животе, лежа на спине. Тема: Ориентация в пространстве и равновесие. Тема: Основной программный минимум экзерсиса у станка.	1			1			23		0,5/50%	
3.	Тема: Основной программный минимум экзерсиса на середине зала. Тема: Технология исполнения прыжков. Тема: Постановка вращения.	1			2			22		2/100%	
Итого					4			68		3/75%	Зачет

## Содержание курса

**Раздел I.** Предмет «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» в системе обучения хореографии. Анатомо-профессиональные особенности опорно-двигательного аппарата человека, занимающегося балетом.

**Раздел II.** Методика изучения движений классического танца и партерной гимнастики.

**Раздел I.** Предмет «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» в системе обучения хореографии. Анатомо-профессиональные особенности опорно-двигательного аппарата человека, занимающегося балетом.

*Тема 1. Понятийный аппарат. Предмет «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» в системе обучения хореографии, его взаимовлияние и дополнение к преподаванию других дисциплин.*

Определение понятий тренажный класс, партерный класс Б. Князева, стрейчинг. Значение терминов танцевальных движений в хореографическом искусстве.

Предмет «Физическая культура» реализуется в форме хореографического тренажа и является необходимым дополнением к предмету «Классический танец» – базовой основы всех предметов профессионального цикла. Цели и задачи предмета. Воспитательные функции. Структура урока.

*Тема 2. Профессиональные требования, предъявляемые к возможностям опорно-двигательной системы исполнителей в хореографической деятельности. Функциональные профессиональные качества исполнителя.*

Пропорция как основной аспект гармонии классического танца. Строение головы и шеи, значение и функции головы. Анатомические предпосылки выворотности. Стопа, её эстетические и «рабочие» качества. Понятие «подъём». Мягкость и гибкость ног. Танцевальный шаг. Прыжок и вращение. Руки и их роль в классическом танце.

Устойчивость, координация – составляющие исполнительской техники. Составные части скелета их двигательные возможности. Осанка, выворотность. Ахилл, его строение и влияние на качество plié, значимость в allegro. Особенности индивидуального анатомического строения, влияющие на величину шага. Возможные причины случаев различной величины шага с правой и левой ноги. Отличие работы ног в балете от их естественных движений. Анализ элементов классического танца на основе движений суставов и мышц нижних конечностей.

*Тема 3. Основы обучения дыханию в хореографии, принципы развития в процессе занятий классическим танцем.*

Дыхание и танец (функциональные и эстетические требования). Брюшное и грудное дыхание, их сочетания. Навыки дышать носом. Влияние усиленной двигательной деятельности на дыхание. Зависимость дыхания от мышечной нагрузки и ритма движений. Координирование дыхания с движением. Ритм сценического дыхания и его зависимость непосредственно от темпа движений, выполнения сложных элементов и их комбинаций, от характера движений (движения, помогающие и затрудняющие дыхание). Профессиональное значение правильного дыхания в исполнительской деятельности танцовщиков.

#### ***Тема 4. Партерный класс Б. Князева.***

Силкин П. А. «Педагогические приёмы развития профессиональных (функциональных) данных обучающихся искусству танца».

Борис Князев (1900-1975) и его система упражнений для развития и укрепления профессиональных (функциональных) данных – как основа для дальнейшего саморазвития, самостоятельного разогрева и подготовки тела к началу урока. Партерный класс.

#### ***Тема 5. Цикл упражнений сидя на полу, лежа на животе, лежа на спине.***

Упражнения на развитие подвижности и силы стоп.

Упражнения на развитие выворотности в стопе.

Упражнения стрейчинг характера.

Упражнения на развитие выворотности в бедре.

Упражнения на развитие гибкости позвоночника.

Упражнения на развитие мышц корпуса.

Упражнения на развитие подвижности в тазобедренном суставе.

#### ***Тема 6. Ориентация в пространстве и равновесие.***

Использование веса тела и силы инерции при исполнении движений классического танца. Равновесие, правила и приемы устойчивости на всей стопе, на полупальцах. Понятие «гравитация». Сила тяжести, центр тяжести, площадь опоры, продольная (вертикальная) ось тела. Компенсирующие силы, группа мышц-компенсаторов, внутренние тяги мышц, перераспределение сил тяжести и их взаимодействие с опорой. Процессы стабилизации и приемы управления костно-мышечным аппаратом.

О равновесии и его нарушениях. Проверка статокINETической системы и вестибулярного аппарата. Тесты: «Проба Ромберга», «Проба Яроцкого». Роль анализаторов в сохранение равновесия тела и значение для занятий хореографией.

## **Раздел II. Методика изучения движений классического танца.**

### ***Тема 7. Основной программный минимум эжзрссса у станка.***

Последовательность раскладки изучения основных элементов классического танца (название, перевод, его предназначение, исходное положение, музыкальный размер, количество долей тактов, этапы изучения, конечная форма исполнения, возможные ошибки, сочетание с другими движениями). Методические принципы изучения программного материала.

Grand pliés (demi-plié).

Battements tendus и его разновидности.

Battements tendus jetés и его разновидности.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battements fondus и его разновидности.

Battements soutenus.

Battements frappés и его разновидности.

Battements développés и его разновидности.

Battements relevé lent и его разновидности.

Rond de jambe en 1'air.

Grand battements jetés и его разновидности.

### ***Тема 8. Основной программный минимум эжзрссса на середине зала.***

Grand pliés (demi-plié).

Battements tendus и его разновидности.

Battements tendus jetés и его разновидности.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.

Battements fondus и его разновидности.

Battements soutenus.

Battements frappés и его разновидности.

Battements développés и его разновидности.

Battements relevé lent и его разновидности.

Rond de jambe en 1'air.

Grand battements jetés и его разновидности.

Основные малые позы (обе ноги на полу):

croisée вперед и назад;

effacée вперед и назад;

écartée вперед и назад;

arabesques (I, II, III, IV).

Основные средние и большие позы (одна нога на полу, другая на 45<sup>0</sup>, 90<sup>0</sup>):

croisée вперед и назад;

effacée вперед и назад;  
ecartée вперед и назад;  
attitude croisée вперед и назад;  
attitude effacée вперед и назад;  
arabesques (I, II, III, IV).

### ***Тема 9. Технология исполнения прыжков.***

Проучивание маленьких прыжков с двух ног на две: temps levé sauté, échappé по II позиции, changement de pied, assemblé в сторону. Принципы работы рук во время исполнения прыжков. Прыжки с двух ног на одну ногу. Прыжки с одной ноги на другую ногу. Прыжки на одной ноге. Роль demiplié. Влияние индивидуального строения «ахилла» на качество и высоту прыжка.

Temps sauté.

Changement de pieds.

Pas échappé во II-ю, IV-ю позиции.

Pas assemblé, Double pas assemblé.

Pas jeté.

Pas glissade.

Pas balancé, en tournant по 1/4 круга.

Sissonne ouverte.

Sissonne fermée.

Sissonne simple.

Pas coupé.

Pas emboîté.

Pas de basque.

Pas chassée.

Temps levé (другая нога в положение sur le cou-de-pied). Temps levé в позах I и II arabesques (сценический sissonne)/

### ***Тема 10. Постановка вращения.***

Понятие «точка». Постановка вращения на середине зала, отработка устойчивости у станка. Полуповороты и повороты на двух ногах. Полуповороты на одной ноге; с подменной ноги.

Tour chainés (4-8 поворотов). Soutenu en tournant (1/2 и целый по-ворот). Glissade en tournant (1/2 и целый поворот) (4-8).

Pirouette en dedans с coupé-шага по прямой (pirouettes-piqués) (4-8). Pirouette en dehors с dégagé по прямой (4-8). Préparation к pirouette с V-ой, II-ой.

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

- информационные и компьютерные технологии;
- групповые;
- диалоговые;
- обсуждение и решение конкретных профессиональных задач балетмейстера–репетитора в рамках предмета «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре».

Ставятся профессиональные эксперименты (репетиционная деятельность в части отработки танцевальных комбинаций, этюдов, отработки элементов партерной гимнастики).

Занятия, проводимые в интерактивных формах, составляют **75%** аудиторных занятий.

## **6.ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **I-й семестр**

1. Знать и уметь выполнить элементы и движения классического танца соответственно утверждённой программе: партерный класс Б. Князева, экзерсис у станка, на середине зала. Allegro.
2. Знать и уметь объяснить правила грамотного исполнения движений экзерсиса, часто встречающиеся ошибки (в соответствии с пройденным программным материалом).
3. Овладение разделами: Раздел I. Предмет «Физическая культура и спорт. Элективные курсы по физической культуре» в системе обучения хореографии. Анатомо-профессиональные особенности опорно-двигательного аппарата человека, занимающегося балетом. Раздел II. Методика изучения движений классического танца и партерной гимнастики.

#### Задания для самостоятельной работы:

- применение учебно-методического наследия в процессе обучения Ваганова А. Я. «Основы классического танца»;
- обзор методических трудов Петербургской школы середины XX века Базарова Н. П. «Классический танец»; Базарова Н. П., Мей В. П. «Азбука классического танца».
- изучение структуры и системы изложения методических материалов в книге В. С. Костровицкой «100 уроков классического танца»;
- отработать упражнения из партерного класса, исполняемые сидя на полу;
- отработка практических навыков исполнительской техники:

#### Battement tendu:

- в позах: croisée, effacée, écarté вперед и назад, II-й arabesques;
- passé par terre в позах;
- double (с двойным опусканием пятки во II-ю позицию);
- pour batteries.

#### Battement tendu jeté:

- в позах: croisée, effacée, écartée вперед и назад, II-й arabesque;
- balançoire в позах;
- piqués в позах.

Rond de jambe par terre en dehors et en dedans выполняется на 1/8 долю такта каждое движение.

#### Battement fondu:

- на 45° во всех направлениях en face на полупальцах;

- в позах носком в пол и на 45° на всей стопе и на полупальцах;
- с plié-relivé en face и в позах, на всей стопе и на полу пальцах;
- с plié-relevé и demi-rond и rond de jambe на 45° en face и из позы в позу.

Battement frappé:

- на 45° во всех направлениях en face на полупальцах;
- в позах носком в пол, на 45° на всей стопе и на полупальцах.

Pirouettes en dehors et en dedans с V-ой, IV-ой, II-ой позиций (1-2 оборота).

Pas glissade (на полупальцы) en tournant с продвижением по диагонали (8)

Pirouettes en dedans с coupé-шага по прямой и диагонали (pirouette-piqués, 8)

Pirouettes en dehors с dégagé по прямой и диагонали (8)

Pas de basques (сценическая форма) вперед и назад, в повороте на 1/4 и 1/2

Tour chaînés (8).

Проанализировать:

- Принципы формирования мускулатуры танцовщиков посредством регулярных занятий тренажным классом.
- Приемы развития эластичности мышечных волокон и их способности к сокращению.
- Активное развитие устойчивости в упражнениях у станка и на середине зала, технические приемы. Приемы устойчивости на всей стопе, на полупальцах на двух ногах и на одной.
- Приемы развития вестибулярного аппарата на уроках.
- Как развивать элевацию и баллон.
- Покажите упражнения из партерного класса (усложненные, комбинированные упражнения).
- Приемы развития усложненной координации на примерах комбинаций прыжков. Варианты комбинаций для раздела allegro на маленькие, средние и большие прыжки.
- Подходы к сохранению устойчивости, умение перемещения центра тяжести тела при исполнении различных прыжков.
- Примеры работы над элементами индивидуальной техники.
- Приемы нивелирования отклонений природного строения опорно-двигательного аппарата посредством занятий классическим (экзерсисом) танцем (строение ног).
- Развитие мышц супинаторов и пронаторов.
- Методы устранения «косолапости».
- Персональная программа, направленная на сохранение профессиональной работоспособности.
- Подходы к корректировке выворотности и шага.

- Комплекс индивидуальных дополнительных упражнений, направленных на развитие профессиональных данных.
- Приемы самомассажа нижних конечностей.
- Влияние физических, профессионально-хореографических нагрузок на размеры и строение, функционирование органов и систем организма.
- Реабилитационная программа по восстановлению профессиональной трудоспособности исполнителей.
- Приведите примеры усложненного сочетания движений влияющих на развития координации.
- Проработайте упражнения у станка с подъемом на полупальцы.
- Что значит координация, ритмическая согласованность работы корпуса, рук, ног, головы, приведите примеры.
- Покажите подходы к постановке вращения у станка.
- Пр продемонстрируйте приемы устойчивости при выполнении движений на середине зала на всей стопе.
- Пр продемонстрируйте приемы устойчивости в различных позах на середине зала на всей стопе.
- Специфика исполнения вращений с продвижением: *tour piqué, tour dégagé, tour chainés, glissade en tournant*.
- Как развивать на уроках свободу передвижения в сценическом пространстве.

#### Контрольные вопросы:

- Предмет «Физическая культура» в системе обучения хореографии, его взаимовлияние и дополнение к преподаванию других дисциплин.
  - Понятийный аппарат, используемый на занятиях классическим тренажем.
  - Профессиональные требования, предъявляемые к возможностям опорно-двигательной системы исполнителей в хореографической деятельности.
  - Пропорциональность телосложения. Специфика пропорций тела в балете.
  - Особенности строения головы и шеи, значение и функции головы в танце.
  - Функциональные профессиональные качества исполнителя.
  - Упражнения, направленные на развитие выворотности с учетом анатомии.
  - Основы обучения дыханию в хореографии.
  - Принципы развития дыхания в процессе занятий классическим танцем.
  - Партерный класс Б. Князева его значение в развитии профессиональных компетенций.
  - Стопа, её эстетические и «рабочие» качества, упражнения для укрепления голеностопа.
- Понятие «подъём» стопы, приемы развития подъема.
- Упражнения на полу, направленные на развитие мягкости и гибкости ног.

- Упражнения на полу для развития танцевального шага.
- Упражнения для развития вестибулярного аппарата.
- Упражнения из партерного класса, исполняемые лежа на животе.
- Упражнения из партерного класса, исполняемые лежа на спине.
- Упражнения на развитие подвижности различных отделов позвоночника.
- Постановка корпуса, ног, рук и головы в экзерсисе у станка и на середине зала.
- Аапломб, равновесие, устойчивость, их зависимость от положения центра тяжести и площади опоры.

- Устойчивость на двух ногах на всей стопе в позициях классического танца.
- Устойчивость на двух ногах на полупальцах в позициях классического танца.
- Упражнения для усвоения правильного толчка от пола одной и двумя ногами по VI позиции, используя *sauté*, *temps livé* в ритмических сочетаниях, ракурсах, направлениях движения.
- Упражнения для приобретения навыка передвижения в пространстве и усвоения толчка от пола одной ногой, используя подскоки на месте *en face et epaulement*, в повороте и в передвижении по прямой линии, диагонали, по кругу и т.д.

- Первоначальные навыки координации.
- Устойчивость на одной ноге на всей стопе у станка и на середине зала.
- Особенности строения стопы и пальцев необходимые для занятий пальцевой техникой.

Постановка стопы на пальцах.

- Основы пальцевой техники (экзерсис в женском классе лицом к палке).
- Развитие танцевального шага у станка.
- Укрепление голеностопов, развитие подъема у станка и на середине.
- Позы классического танца исполняемые у станка и на середине зала.
- Технология прыжка: толчок, взлет, завершение.
- Методика исполнения прыжка, *plié*, его функции и значимость в *allegro*.
- Аспекты, влияющие на высоту прыжка.
- Прыжки с двух ног на две.
- Прыжки с двух ног на одну.
- Прыжки с одной ноги на другую.
- Прыжки на одной ноге.
- *Port de bras*.

**Примерный перечень вопросов к зачету:**

1. Постановка ног в позициях: I-ой, II-ой, III-ей, IV-ой, V-ой на всей стопе и на полупальцах. Охарактеризуйте основные ошибки.
2. Правила исполнения *demi-plié*, *grand plié*. *Plié-soutenu* вперед, в сторону, назад.
3. Правила исполнения *relevé* на полупальцы в I-ой, II-ой, IV-ой, V-ой позициях; с рабочей ногой в положении *sur le cou-de-pied* и на 45°.
4. Позиции рук. Функции рук, положение *allongée*, *arrondie*.
5. Приемы формирования «балетной осанки».
6. Позы классического танца.
7. Правила исполнения *battement tendu*.
8. Правила исполнения *battement tendu jeté*.
9. *Passé par terre* и *balançoire*, правила исполнения, сочетание в комбинации с другими движениями экзерсиса.
10. *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans* на вытянутых ногах, на *demi-plié*. *Préparation* для *rond de jambe par terre en dehors et en dedans*.
11. Положение ноги *sur le cou-de-pied* впереди (основное, условное) и сзади.
12. *Battement soutenus*, его разновидности, правила исполнения.
13. *Battement fondu* правила исполнения.
14. *Battement frappe*, *battement doubles frappés* правила исполнения.
15. *Petit battement sur le cou-de-pied*.
16. *Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans* на 45°.
17. *Battement retiré sur le cou-de-pied* и на 90° (*passé*).
18. *Battement relevé lent*.
19. *Battement développés*.
20. *Grand battement jeté*.
21. Полуповорот (*demi-détourné*) в V позиции с переменной ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с *demi-plié*. Полный поворот (*détourné*).
22. Классификация прыжков: формы (малые, средние, большие), группы (с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на другую; на одной ноге). Не менее трех примеров в каждой группе.
23. Упражнения из партерного класса Б. Князева, исполняемые лежа на животе.
24. Упражнения из партерного класса Б. Князева, исполняемые лежа на спине.
25. Танцевальные шаги.
26. Вращения с продвижением.
27. Исполнение *grand battement jeté*. в позах. *Pointé*, *passé par terre* с окончанием на носок вперед или назад *en face*; *passé* со всех направлений *en face*.
28. Виды *temps lié*.

29. Формы port de bras используемые у станка.
30. Формы port de bras I-я, II-я, III-я, IV-я V-я, VI-я.
31. Поворот fouetté en dehors et en dedans по 1/4, 1/2 круга.
32. Полуповороты на одной ноге en dehors et en dedans.
33. Виды pas de bourrée.
34. Pas de basques вперед и назад (сценическая форма) и в повороте на 1/4 и 1/2.
35. Pas balancé en face и en tournant по 1/4 круга.
36. Pas glissade. Pas assemblé. Double pas assemblé. Pas jeté.
37. Tours sissonne tombée на éffacée et croisée по диагонали подряд (4-6) «блинчики».
38. Temps levé: с ногой в положении sur le cou-de-pied; с ногой на 45о.
39. Temps levé в позах I и II arb., с шаг, pas couru, pas chassée, в сочетании с вальсовым поворотом.
40. Grand pas jeté вперёд в позах attitude croisée, éffacée, I-й, II-й, III-й arabesques с приемов pas glissade, coupé-шаг.
41. Разновидности pas emboité вперед и назад sur le cou-de-pied и на 45о на месте, с продвижением. Pas de chat.
42. Pas de basque вперёд и назад в прыжке.
43. Sissonne fermée.
44. Sissonne ouverte.
45. Temps lié sauté.

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

### а) основная литература:

1. Есаулов, И.Г. Устойчивость и координация в хореографии [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2016. — 160 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?p11\\_id=75534](http://e.lanbook.com/books/element.php?p11_id=75534) — Загл. с экрана.
2. Лукьянова, Е.А. Дыхание в хореографии [Электронный ресурс] : учебное пособие. — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2016. — 184 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?p11\\_id=75539](http://e.lanbook.com/books/element.php?p11_id=75539) — Загл. с экрана.
3. Малашевская, Е.А. Классический танец. Мастер-класс балетного урока. + DVD [Электронный ресурс] : / Е.А. Малашевская, Н.А. Александрова. — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2014. — 63 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?p11\\_id=50692](http://e.lanbook.com/books/element.php?p11_id=50692) — Загл. с экрана.

4. Сафронова, Л.Н. Уроки классического танца [Электронный ресурс] : учебное пособие. — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2015. — 208 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=58834](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=58834) — Загл. с экрана.

б) дополнительная литература:

1. Ваганова, А.Я. Основы классического танца [Электронный ресурс] : . — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2007. — 192 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=1937](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=1937) — Загл. с экрана
2. Мориц, В.Э. Методика классического тренажа [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В.Э. Мориц, Н.И. Тарасов, А.И. Чекрыгин. — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2009. — 377 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=1966](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=1966) — Загл. с экрана.
3. Тарасов, Н.И. Классический танец. Школа мужского исполнительства: Учебное пособие [Электронный ресурс] : учебное пособие. — Электрон. дан. — СПб. : Лань, Планета музыки, 2008. — 510 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1\\_id=1972](http://e.lanbook.com/books/element.php?pl1_id=1972) — Загл. с экрана.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Танцевальные залы: № 25 (143 кв.м), № 25а (53 кв.м) и №11 (60 кв.м) корпуса №8.

Музыкальные инструменты (фортепиано) 3шт.

Музыкальный инструмент (фортепиано), CD/DVD и видео аппаратура в зале № 25 кор. №8.

Музыкальный инструмент (фортепиано), CD/DVD и видео аппаратура в зале № 11 кор. №8

Музыкальный инструмент (фортепиано), CD аппаратура в зале №25а корпуса №8

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 52.03.01 «Хореографическое искусство» профиль «Искусство балетмейстера - репетитора»

Рабочую программу составил

Марченко С.А.  
(ФИО, подпись)

Рецензент (представитель работодателя): МБУДО «Детская школа хореографии» города Владимира, директор школы Заслуженный работник культуры РФ  
Балдин Сергей Александрович

(место работы, должность, ФИО, подпись)

Рецензент (представитель работодателя):

Балетмейстер-постановщик ГВХА «Русь» Заслуженный артист РФ

Ледовской Александр Юрьевич

(место работы, должность, ФИО, подпись)

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры ХТ

Протокол № 8/1 от 22.04.16 года

Заведующий кафедрой

Марченко С.А.  
(ФИО, подпись)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии направления 52.03.01 Хореографическое искусство

Протокол № 6/1 от 25.04.2016 года

Председатель комиссии

Ульянов С.Н.  
(ФИО, подпись)

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Рабочая программа одобрена на 2016-2017 учебный год

Протокол заседания кафедры № 10 от 29.06.2016 года

Заведующий кафедрой ХИТ Марченко В.А. Пилиф

Рабочая программа одобрена на 2017-2018 учебный год

Протокол заседания кафедры № 10 от 30.06.2017 года

Заведующий кафедрой ХИТ Марченко В.А. Пилиф

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_