

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



по образовательной деятельности

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	Трудо- ем- кость зач. ед, час.	Лек- ций, час.	Прак- тич. заня- тий, час.	Лабо- рат. работ, час.	Инд. заня- 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» 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» (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» 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» 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» 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.	2	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.	2	2		1				23		0,5/50%	
3.	Тема: Основной программный минимум экзерсиса на середине зала. Тема: Технология исполнения прыжков. Тема: Постановка вращения.	2	3		2				22		2/100%	
												Зачет
Всего					4				68		3/75%	

Содержание курса

Раздел I. Предмет «Физическая культура» 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» в системе обучения хореографии. Анатомо-профессиональные особенности опорно-двигательного аппарата человека, занимающегося балетом.

Тема 1. Понятийный аппарат. Предмет «Физическая культура» 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. Координарование 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 выполнении 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 статокинетической 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 экзерсиса 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 l'air.

Grand battements jetés и его разновидности.

Тема 8. Основной программный минимум экзерсиса 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 l'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°, 90°):

croisée вперед и назад;
effacée вперед и назад;
écartée 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 demi-plié. 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 chaînés (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. 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

II-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 соответствие с пройденным программным материалом).

3. Овладение разделами: Раздел I. Предмет «Физическая культура» 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 chainés (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 «косопласти».
- 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.
- Продемонстрируйте приемы устойчивости при исполнении движений на середине зала на всей стопе.
- 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.
- Апломб, 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. Полуоборот (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. Полуобороты 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 effacée 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 вперед в позах attitude croisée, effacée, 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 вперед 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?pl1_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?pl1_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?pl1_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 — 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 — 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 — 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 — 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

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

Рабочая программа одобрена на 2016-17 учебный год
Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.16 года
Заведующий кафедрой Алиф Александров АА

Рабочая программа одобрена на 2017-2018 учебный год
Протокол заседания кафедры № 10 от 20.06.2017 года
Заведующий кафедрой Алиф Александров АА

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 _____