

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

(наименование дисциплины)

44.03.01 Педагогическое образование

(код направления (специальности) подготовки)

2-6

(семестр)

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ» являются:

- формирование физической культуры педагога-хореографа, способного реализовать ее в учебной и в социально-профессиональной деятельности;
- подготовка будущих педагогов-хореографов к самостоятельной практической педагогической деятельности в соответствии с исторически сложившейся в России методикой преподавания классического танца и с учетом требований, предъявляемых современным уровнем развития хореографического образования.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» является дисциплиной вариативной части.

Пререквизиты дисциплины: «Методика преподавания классического танца».

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Код формируемых компетенций	Уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине характеризующие этапы формирования компетенций (показатели освоения компетенции)
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
УК-7	Частичное	1. Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. 2. Знать способы организации, стимулирования и мотивации учащихся для активного освоения ресурсов и развивающих возможностей образовательной среды. 3. Владеть способностью диагностировать предрасположенность детей к освоению выбранного вида спорта, а также отбирать лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы данные или способности в области физической культуры и спорта.
ПК-1	Частичное	1. Уметь проводить отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту». 2. Знать технику и приемы исполнения основных элементов движений дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту». 3. Владеть методикой преподавания дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

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.

Классификация поз классического танца. Формы поз: малые, средние, большие. Виды поз: *croisée, effacée, écartée*. Arabesques I, II, III, их расположение в пространстве. Позы: *croisée, effacée, écartée* вперед и назад, II arabesques носком в пол на вытянутой ноге и на *demi-plié*.

Определение понятий «канонические» позы классического танца. Методика и приёмы исполнения поз классического танца. Руки как «речевое» средство поз классического танца. Определение понятия «ведущая и ведомая рука».

Port de bras – комплекс движений, направленный на воспитание исполнительского мастерства. Виды *port de bras*.

Перегибы корпуса назад и в сторону (лицом и боком к станку). I-е и III-е *port de bras* в I-ой, II-ой, V-ой позициях на всей стопе и на полупальцах. I-е и III-е *port de bras* с ногой, вытянутой на носок вперед, назад и в сторону. III-е *port de bras* с *demi-plié* на опорной ноге; с *plié* без перехода с опорной ноги. I-е, II-е, III-е *port de bras* на середине зала.

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.

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.

Танцевальные шаги как самостоятельные движения и в качестве связующих движений в различных комбинированных упражнениях или подходах при изучении более сложных элементов учебной программы. Пластически-эмоциональная сторона танцевальных шагов (умение исполнителя точно, увлеченно и музыкально выполнить танцевальные шаги).

Полька, галоп, вальс, шаг-*tombé*, основной шаг танца «Полонез» с продвижением лицом и спиной, в повороте по прямой, по диагонали, по кругу, в различные точки класса.

Исполнение прыжков на пальцах на двух ногах: *Sus-sous* с продвижением вперед и назад в позах. *Temps sauté. Changement de pieds*.

Исполнение вращений на пальцах на двух ногах.

Исполнение движений программного минимума на всей стопе (с подъёмом на полупальцы); *en tournant* на 1/2 поворота, целый поворот. Носком в пол и на 45° на 90° с раскрытой ноги по II-ой и IV-ой позициям. В маленьких и больших позах.

Исполнение движений программного минимума на всей стопе (с подъёмом на полупальцы); *en tournant* на 1/2 поворота, целый поворот. Носком в пол и на 45° на 90° с раскрытой ноги по II-ой и IV-ой позициям. В маленьких и больших позах.

Основные приемы развития движений классического танца на середине зала. Позы классического танца как фактор развития движений классического танца. *Adagio* – как средство к овладению поз классического танца. Работа над развитием выразительности поз классического танца.

Исполнить как самостоятельные формы, как части упражнений, танцевальных комбинаций в различных разделах экзерсиса.

Три подгруппы прыжков с заносками: *pas battu*-прыжковые *pas*, исполняемые с заноской; виды *entrechats; brisé*. Количественные показатели (числовые обозначения *entrechat*), четные и нечетные. Разновидности заносок, исполняемых с двух ног на две и двух ног на одну. Осложнение заносками прыжков *temps sauté, changement de pieds, sissonne simple (entrechat-quatre, royale, entrechat-trois)*. Внесение заносок в другие прыжки, *pas échappé battu* на II-ю позицию.

Основные приемы развития устойчивости в упражнениях у станка и на середине зала. Устойчивость как основа исполнительского мастерства. Требования, предъявляемые к

формированию устойчивости: выворотность, вытянутость, правильное распределение центра тяжести и центра опоры, умение держать вертикальную линию (ось) и положение корпуса «над ногами». Исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала на полупальцах как главная составляющая учебного процесса по развитию устойчивости на уроках классического танца. Приемы и технология исполнения движений классического танца на полупальцах. Системный подход к процессу овладения техникой устойчивости.

Этапы развития элевации и баллона. Значение рук в технологии подхвата. *Pas assemblé: en tournant* на 1/2; с *coupé-шага*; *pas chassée*; *battu*. *Temps levé*: на 90° в позах; из одной позы в другую; сценический *sissonne* с приема *sissonne tombée*. *Pas emboité en tournant* на 1/2 (4-6). *Grand pas de chat* с *pas chassée*, *pas failli*, *pas couru*; с одной подогнутой ногой, раскрывающейся на прыжке. *Pas faille*. *Pas ballotté* на 45°. *Temps lié sauté en tournant*. *Saut de basque* с *pas chassée*. *Pas de ciseaux* с подходов: *шага-coupé*, *glissade*. Разновидности *grand pas jete* (подходы и завершение прыжка).

Вращения на пальцах полуповорот в V-й, *detourné*, используя вариативность позиций рук. *Soutenu en tournant* на 45° *en face* и из позы в позу; *pas glissade en tournant* с продвижением по диагонали (4-6); *tours chainés* (4-6). Вращения на одной ноге: *pirouettes* с V-й и IV-й; с V-й по одному подряд (2-4); *pirouettes en dehors* с *dégagé* (4-6); *pirouettes en dedans* с *coupé-шага* (4-6); *pas emboité-riquéés* по 1/2 (4-6).

Поворот *fouetté* на 1/4 и 1/2 на 45° из позы в позу на *demi-plié*, с *plié-relevé*; на 90° с *plié-relevé*, на *demi-plié* из позы в позу.

Flic-flac en dehors et *en dedans*: с окончанием на 90° во всех направлениях *en face* и в позы классического танца на полупальцах; *en tournant* на 1/4, 1/2 и из позы в позу на 90° (факультативно – целый поворот).

Закрепление выученных технических приемов. Нарращивание исполнительских темпов в хорошо усвоенных, более простых, движениях. Развитие устойчивости на одной ноге: *relevé* на одной ноге другая в положении *sur le cou-de-pied* и на 45° во всех направлениях, в позах. *Sissonne ouverte par développé* на 45°, в позах на месте и с продвижением; *sissonne ouverte* в позу *arabesque* со скользящим проскоком вперед; *pas coupé-ballonné* с открыванием ноги во всех направлениях; *pas jeté* в позах на 45°, 90° с окончанием в *demi-plié* сохраняя позу; *pas tombé* из позы в позу на 45°.

Вращения на пальцах полуповорот в V-й, *detourné*, используя вариативность позиций рук. *Soutenu en tournant* на 45° *en face* и из позы в позу; *pas glissade en tournant* с продвижением по диагонали (4-6); *tours chainés* (4-6). Вращения на одной ноге: *pirouettes* с V-й и IV-й; с V-й по одному подряд (2-4); *pirouettes en dehors* с *dégagé* (4-6); *pirouettes en dedans* с *coupé-шага* (4-6); *pas emboité-riquéés* по 1/2 (4-6). Поворот *fouetté* на пальцах с ногой поднятой вперед, назад и в сторону на 45°. Подготовительный комплекс движений к повороту *fouette*, исполняемый лицом и боком к станку. Прыжки на пальцах: *temps sauté* в V-й с продвижением; *changement de pieds* с продвижением и *en tournant* по 1/8, 1/4.

Pas soubresaut. *Revoltade* в I-й и III-й *arb.* с подходов *pas coupé*, *pas chassée*, *pas failli*, *sissonne tombée*, *temps levé tombé*.

Особенности темповой структуры, развернутой «прыжковой комбинации». Многообразие приемов и подходов к исполнению различных видов больших прыжков. Разнообразие вариантов завершения прыжка в структуре сложных видов. Особенности исполнения прыжков в женском и мужском танце. Распределение физической нагрузки.

Роль сложных поворотов в структуре вращательных движений классического танца. Классификация *tours lent* и *fouetté* по формам, видам и их разновидностям, характеру. Разновидности поворотов *renversée*, технические приемы исполнения, сочетание с другими элементами из разных разделов экзерсиса. *Renversée en écartée* назад *en dedans*, начиная с IV *arabesque*. *Tours en dehors* et *en dedans* в больших позах со всех приемов.

Техническое совершенствование различных видов усложнённых прыжков, разнохарактерных вращений и поворотов сложных видов, связующих и вспомогательных движений, как доминирующий фактор развития виртуозности исполнительского мастерства.

Развернутая форма *adagio* с добавлением больших прыжков, вращений, танцевальных шагов. «Большое *adagio*» подготовительный этап к исполнению частей вариаций классического наследия. Составные части, количество тактов, музыкальные размеры. Элементы, используемые в большой форме. Отличительные особенности в мужском и женском классах.

Совершенствование техники исполнения движений классического танца на пальцах, соответственно пройденной программе. Нарботка силы, выносливости, ловкости за счет исполнения движений в многократном повторении, в более быстром темпе, более сложном сочетании уже выученных движений. Развитие танцевальности.

Артистизм, художественная выразительность и музыкальность исполнения движений. Овладение стилевыми особенностями исполнения комбинаций в зависимости от характера музыки. Формирование отношения к музыке, стремление к естественности, глубине и простоте движения. Развитие исполнительской техники как средства художественной выразительности, артистичности и индивидуальности. Причины мышечных зажимов. Эстетичность поз и положений тела, выражение лица в момент физического напряжения. Ошибки, неточности исполнительской манеры.

5. ВИД АТТЕСТАЦИИ – со 2 по 6 семестры – Зачет

6. КОЛИЧЕСТВО ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦ – 0.

Составитель: специалист по УМР, Жемпелова Ю.Р., Жемпелова Ю.Р.
должность, ФИО, подпись

Заведующий кафедрой ХМФ Меркулов А.В. Меркулов
название кафедры ФИО, подпись

Председатель учебно-методической комиссии направления 14.03.01 Меркулов А.В. Меркулов
ФИО, подпись

Директор института Тадаров А.В. Тадаров Дата: 28.06.2019
ФИО, подпись

Печать института 