Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ярошенко Николай Николаевич
Должность: проректор по учебно-методической деятельности
Дата подписания: 27.10.2026 12:12:57
Уникальный программный ключ:
25cc77c6d2a242799b1569189212ec549db4bb3f

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Московский государственный институт культуры

УТВЕРЖДЕНО
Председатель УМС
Хореографического факультета
Буцан А.С.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ (ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА)

Направление подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство
Профиль подготовки: Балетмейстер-постановщик театра современного танца
Степень выпускника: бакалавр
Форма обучения: заочная

(РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов)

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: закрепление методики классического танца, уточнение основных понятий терминологии классического танца, разновидностей движений и правил их исполнения, совершенствование исполнительской техники, развитие выносливости, физических данных учащихся, музыкальности.

Задачи:

1. Овладение знаниями о строении и функциях человеческого тела.
2. Обучение приемам правильного дыхания.
3. Обучение комплексу упражнений, способствующих развитию физических данных в специфике хореографического искусства.
4. Развитие способности к анализу двигательной активности и координации своего организма.
5. Развитие темпо-ритмической памяти.
6. Формирование сознательного изучения движений и освоению знаний, необходимых для дальнейшей работы.
7. Формирование важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Физическая культура и спорт (партерная гимнастика)» реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений Б1 учебного плана направления подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство

Дисциплина «Физическая культура и спорт (партерная гимнастика)» изучается на протяжении 1-го семестра на заочной форме обучения. Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, опираются на профессиональный опыт, полученный на предыдущих этапах специализированного образования по профилю. В результате освоения дисциплины формируются знания, умения и навыки, необходимые для прохождения практик: Учебная исполнительская, производственная педагогическая, преддипломная. Взаимосвязь курса с другими дисциплинами ОПОП способствует углубленной подготовке студентов к решению специальных практических профессиональных задач и формированию необходимых компетенций.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование компетенций УК-7 в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки 52.03.01 Хореографическое искусство, профиль подготовки балетмейстер-постановщик театра современного танца

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю).

Компетенция (код и наименование)	**Индикаторы компетенций**	**Результаты обучения**

УК-7 Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение) Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Поддерживает должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни УК-7.2. Использует основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности	Знать: – основы и правила здорового образа жизни; – значение физической культуры и спорта в формировании общей культуры личности, приобщении к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни, укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий. Уметь: – вести здоровый образ жизни, поддерживать уровень физической подготовки; – проводить самостоятельные занятия физическими упражнениями и в спортивных секциях с общей развивающей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корригирующей направленностью; – составлять индивидуальные комплексы физических упражнений с различной направленностью. Владеть: – навыками организации здорового образа жизни и спортивных занятий; – способами определения дозировки физической нагрузки и направленности физических упражнений и спорта.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ *(модуля)*

4.1.1 Объем дисциплины (модуля) для заочной формы обучения.

Объем (общая трудоемкость) дисциплины «Физическая культура и спорт (партерная гимнастика» составляет 2 з.е., 72 акад. часов, из них контактных 6 акад.ч., СРС 62 акад.ч., контроль 4 акад.ч., формы контроля: зачет.

4.2.2 Структура дисциплины для заочной формы обучения.

№ п/п	Тема/Раздел дисциплины	Виды учебной работы*, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)/ с указанием занятий, проводимых в интерактивных формах	Формы текущего контроля успеваемости *(по неделям семестра)* Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*

		Лекции	Практические	Полутр-вые	Консультации	СРС	Контроль	
Семестр 1								
1	Основные понятия, элементы и терминология классического танца	2	1			10		
2	Экзерсис как комплекс тренировочных упражнений в хореографии		1			10		Опрос, практический показ.
3	Понятие en dehors et en dedans		1			10		Практический показ.
4	Ракурсы и их значения в классическом танце		1			10		Практический показ.
5	Понятие releve. Применение releve в учебных комбинациях		1			10		Практический показ.
6	Temps lie – как малая форма adagio		1			12	4	Практический показ, тест.
	Итого за 1 семестр: 2 з.е.		***6***			***62***		

4.3. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Основные понятия, элементы и терминология классического танца

Разбор методики и последовательности изучения экзерсиса у станка, системы нумерации сторон и углов танцевального класса (план класса), уточнение основных понятий терминологии классического танца, правил исполнения основных движений у станка и на середине зала.

Тема 2. Экзерсис как комплекс тренировочных упражнений в хореографии

Простые тренажные комбинации у станка и на середине, постановка осанки (апломб), положения рук в позициях и их функции, позиции ног, функции головы в технике и пластике классического танца, координация движений головы, рук и корпуса. Выработка выразительности взгляда при наклоне и повороте головы по пространственным точкам зала: по линии горизонта, под углом ниже линии горизонта и выше линии горизонта. Развитие природной пластичности тела.

Demi-plies, grand plies в I,II,IV,V позициях.

Battements tendus

-c demi-plies

-c passé par terre

-c battement tendu pour le pied.

Battements tendus jetés

-c demi-plies

-c battement tendus jete pique

-c сокращением стопы (flex).

Rond de jambe par terre

- battements relevé lent на 45°.

Battements fondus

- battement double fondus

- battements soutenus.

Battements frappés

-battements double frappes

-c petits battements sur le cou de pied.

Rond de jambe en 1´air.

Adagio

-c battements développés.

-c battements relevé lent.

9. Grand battements jete
-pointe.

Тема 3. Понятие en dehors et en dedans

Изучение понятия en dehors et en dedans и применение его в тренажных комбинациях.

Тема 4. Ракурсы и их значения в классическом танце

Положения anfas, epaulement, efface и croise и их применение в тренажных комбинациях.

Тема 5. Понятие releve. Применение releve в учебных комбинациях

Изучение releve лицом к станку на вытянутых ногах и с demi plie (plie releve) на двух и на одной ноге (вторая нога находится в положении sur le cou-de-pied впереди или сзади). Затем использование releve и plie releve в тренажных комбинациях.

Тема 6. Temps lie – как малая форма adagio

Изучение temps lie в направлениях en dehors и en dedans с прямой и обратной формами действия рук, с поворотами и наклонами головы и сопровождающего взгляда. Отработка приемов исполнения движений.

Тема 7. Развитие амплитуды прыжка (Allegro)

Изучение маленьких прыжков. Особое внимание уделяется demi plie перед прыжком и после него, сохранению позиций ног во время прыжка и после приземления.

Pas sauté по всем позициям.

Temps leve из I, II, IV, V позиций (с двух ног на две и с двух ног на одну, вторая нога в положении sur le cou-de-pied).

Changement de pieds.

Pas echappe по II позиции и на одну ногу.

Pas assemble во всех направлениях

-double assemble.

Pas jete.

Pas glissade.

Sissonne simple.

Sissonne ouverte.

Sissonne fermee.

Sissonne сценический.

Трамплинные прыжки по I позиции.

Тема 8. Основные учебные формы port de bras

Изучение первой, второй, третьей форм port de bras в направлении en dehors и en dedans, прямые и обратные формы. Определение понятия «ведущая» и «ведомая» рука. Включение форм port de bras в тренажные комбинации. Простейшая комбинация adagio с последующим усложненным сочетанием движений в координации с различными формами port de bras.

Тема 9. Включение поз классического танца в комбинации

Определение поз классического танца. Определение разрядов поз – малых, средних и больших. Определение понятий «канонические» и «неканонические позы» классического танца. Включение поз классического танца в учебные комбинации: сначала в завершение комбинации, затем во время исполнения.

Позы croisee и efface вперед и назад.

I, II, III, IV arabesques.

Тема 10. Связующие и вспомогательные движения в классическом танце (простые формы)

Изучение простых связующих и вспомогательных движений и применение их в комбинациях.

1. Pas de bourre
   - с переменой ног en dehors et en dedans с окончанием в epaulement
   - без перемены ног на croisee вперед и назад
   - без перемены ног в сторону с открыванием ноги на 45°.
2. Coupe
- без продвижения
-с продвижением
3. Passe
-passe par terre
-на 45°.
4. Temps releve
-в пол
-на 45°
-en dehors et en dedans.

Тема 11. Изучение техники en tournant

Изучение техники en tournant. Применение техники в тренажных комбинациях у станка, на середине, а также allegro.

Повороты и вращения в воздухе. Прыжки с поворотом – en tournant осваиваются как начальный прием на 1/8, ¼, ½ части круга. Прыжки исполняются в направлении en dehors и en dedans. Исключениями являются temps sauté и pas echappe. В данных прыжках направления поворота обозначаются как «направо» и «налево».

Соразмеренность силы прыжкового толчка в соответствии с посылом всего тела в единстве с действиями рук, корпуса, головы, взгляда, а в отдельных прыжках – с броском свободной ноги. Отработка согласованности всех этих элементов, особенно при прыжках с продвижением.

Тема 12. Усложнение комбинаций на allegro

Temps lie sauté.
Pas sauté
-с продвижением
-en tournant.
Changement de pieds
-en tournant на ¼ и ½ круга.
Pas echappe
- en tournant на ¼ и ½ круга.
Pas assemble
-с продвижением во всех направлениях.
Pas jete
с продвижением во всех направлениях.
Pas glissade
-en tournant по квадрату.
Sissonne simple
-en tournant на ¼ и ½ круга.
Sissonne ouverte в позах.
Sissonne fermee

-en tournant на 1/8 и ¼.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1	2	3	4
1.	Основные понятия, элементы и терминология классического танца	Лекция Практическое занятие	Вводная лекция Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
2.	Экзерсис как комплекс тренировочных упражнений в хореографии	Практическое занятие Самостоятельная работа	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины) Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
3.	Понятие en dehors et en dedans	Практическое занятие Самостоятельная работа	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины) Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
4.	Ракурсы и их значения в классическом танце	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ

			творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
5.	Понятие releve. Применение releve в учебных комбинациях	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
6.	Temps lie – как малая форма adagio	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
7.	Развитие амплитуды прыжка (Allegro)	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
8.	Основные учебные формы por de bras	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)

		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
9.	Включение поз классического танца в комбинации	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
10.	Связующие и вспомогательные движения в классическом танце (простые формы)	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
11.	Изучение техники en tournant	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод построения перспективы профессионального развития
12.	Усложнение комбинаций на allegro	Практическое занятие	Опрос по профессиональным темам; Традиционные методы (показ, объяснение, тренинг, упражнения); Аналитические методы (сбор и обработка теоретического и практического материала, анализ творческих компонентов дисциплины)
		Самостоятельная работа	Консультирование по профессиональным вопросам, метод

			построения перспективы профессионального развития

6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль выполнения заданий (контроль формирования компетенций) осуществляется регулярно, начиная с первой недели семестра (входящий контроль). Контроль и оценивание выполнения заданий осуществляется на практических занятиях (при дистанционной форме обучения – в рамках ЭИОС). Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи опроса, педагогического наблюдения, тестирования, обсуждения/дискуссий, а также творческих заданий по итогам изучения разделов семестра. Система текущего контроля успеваемости служит не только оценке уровня компетентностной подготовки обучающегося и способствует в дальнейшем наиболее качественному и объективному оцениванию его в ходе промежуточной аттестации, но и самооценке обучающегося, стимулируя его усилия.

Промежуточная аттестация по дисциплине:

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета/экзамена.

В п. 6.3 приводятся вопросы к тестам, творческим заданиям и экзамену**.**

6.1. Система оценивания

Форма контроля	**Компетенция**	**Оценка**
Текущий контроль: *- опрос* *- тест* *- практический показ*	УК-7	*отлично/хорошо/удовлетворительно/неудовлетворительно*
Промежуточная аттестация *- Зачет*	УК-7	*зачтено /не зачтено*

6.2. Критерии оценки результатов по дисциплине

Оценка по дисциплине	**Критерии оценки результатов обучения по дисциплине**

Оценка по дисциплине	**Критерии оценки результатов обучения по дисциплине**
«отлично»/ «зачтено»	Выставляется обучающемуся, если компетенции, закрепленные за дисциплиной, сформированы (по индикаторам/ результатам обучения в формате знать-уметь-владеть) в полном объеме на уровне «высокий», и обучающийся демонстрирует как результат обучения следующие знания, умения и навыки: Обучающийся глубоко и прочно усвоил теоретический и практический материал, продемонстрировал это на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся исчерпывающе и логически стройно излагает учебный материал, умеет сочетать теорию с практикой, справляется с заданиями высокого уровня сложности, правильно обосновывает свои ответы. Свободно ориентируется в учебной и специальной литературе. Оценка по дисциплине выставляются обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «высокий».
«хорошо»/ «зачтено»	Выставляется обучающемуся, если он знает теоретический и практический материал, грамотно и по существу излагает его на занятиях и в ходе промежуточной аттестации, не допуская существенных неточностей. Обучающийся правильно применяет теоретические положения при решении сложных творческих заданий, владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Достаточно хорошо ориентируется в учебной и специальной литературе. Оценка по дисциплине выставляются обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «достаточный».
«удовлетворительно»/ «зачтено»	Выставляется обучающемуся, если он знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает отдельные ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает определённые затруднения в применении теоретических положений при выполнении заданий стандартного уровня сложности, владеет необходимыми для этого базовыми навыками и приёмами. Демонстрирует достаточный уровень знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляются обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне «ограниченный».
«неудовлетворительно»/ не зачтено	Выставляется обучающемуся, если он не знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает серьёзные затруднения в применении

Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
	теоретических положений при решении заданий стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции на уровне «достаточный», закреплённые за дисциплиной, **не сформированы**.

6.3. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Текущий контроль по дисциплине проводится на основании оценочных средств, представленных в отдельном разработанном документе. Диагностика методом опроса проводится по следующим темам дисциплины.

1. Методика построения урока классического танца.
2. Методика изучения движений классического танца у станка.
3. Методика изучения движений классического танца на середине зала.
4. Методика изучения движений классического танца в allegro.
5. Сочинение комбинаций у станка.
6. А.Я. Ваганова и ее книга «Основы классического танца».
7. Методика изучения движений классического танца у станка.
8. Методика изучения движений классического танца на середине зала.
9. Методика изучения движений классического танца в allegro.
10. Сочинение комбинаций у станка и на середине зала.
11. Н.И. Тарасов и его книга «Классический танец» (школа мужского исполнения).
12. Методика изучения движений классического танца у станка.
13. Методика изучения движений классического танца на середине зала.
14. Методика изучения движений классического танца в allegro.

Типовые творческие задания

1. Сочинить танцевальное упражнение с использованием элемента releve;
2. Сочинить adagio с использованием Temps lie;
3. Подобрать логический связующий элемент для сочетания пройденных движений;
4. Найти разные образы для изученного движения и пластические решения, демонстрирующие смену эмоциональной характеристики;
5. Подобрать музыкальный материал для упражнения por de bras;
6. Сочинить por de bras;
7. Провести анализ творческой работы сокурсника.
8. Сочинить танцевальное упражнение для exercice у станка с прменением техники en tournant;

Типовые тестовые задания

Типовые тестовые задания содержат профессиональные вопросы по дисциплине из следующих совокупностей:

1. Вопросы по методике исполнения изучаемых движений.
2. Вопросы по методике преподавания изучаемых движений.
3. Вопросы по организации техники безопасности на уроках хореографии.
4. Вопросы по понятийно-терминологическому аппарату дисциплины.
5. Вопросы по определению манеры и стиля исполнения изученного движения.
6. Вопросы по генезису становления дисциплины.
7. Вопросы на знания ведущих педагогов, балетмейстеров, основателей, специалистов в области изучаемой дисциплины.

Примерные вопросы к зачёту

1. А.Я.Ваганова. Влияние на развитие классического танца
2. Основы классического танца
3. Характерные особенности изучения классического танца в младших классах профессиональных учреждений (1,2,3 классы).
4. Особенности изучения классического танца в средних классах (4,5 классы)
5. Особенности изучения классического танца в старших классах профессиональных учреждений.
6. Развитие музыкальности, умение подбирать музыкальный материал для ведения уроков классического танца.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Список литературы и источников

Основная литература

1. Сабанцева, Татьяна Виталиевна. Искусство танца и спорт [Текст] : учебное пособие / Т. В. Сабанцева, В. В. Непомнящих ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. - Омск : Изд-во Омского гос. ун-та, 2018. - 101 с.; 20 см.; ISBN 978-5-7779-2291-5 : 70 экз.

2. Винер-Усманова, Ирина Александровна (1948-). Физическая культура. Гимнастика. 1-4 классы : учебник для общеобразовательных организаций : в 2 ч. / И. А. Винер, Н. М. Горбулина, О. Д. Цыганкова ; под редакцией И. А. Винер. - 4-е изд. - Москва : Просвещение, 2019.

3. Максимова, Татьяна Алексеевна. Практикум по дисциплине "Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности" [Текст] : Т. А. Максимова ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования "Югорский государственный университет, Гуманитарный институт. - Ханты-Мансийск : Югорский государственный университет, 2018. - 52 с. : ил.; ISBN 978-5-9611-0157-7 : 50 экз.

4. Голякова, Наталья Николаевна. Оздоровительная аэробика: теория и методика проведения занятий : учебно-методическое пособие для студентов, обучающихся по программам высшего образования по направлениям подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), направленность (профили) "Физическая культура" и "Безопасность жизнедеятельности", 44.03.01 Педагогическое образование, направленность (профиль) "Физическая культура", для обучающихся по программам среднего профессионального образования по специальностям 49.02.01 Физическая культура, 49.02.02 Адаптивная физическая культура / Н. Н. Голякова, Е. Н. Алексеева, А. В. Красильникова ; Министерство образования Ставропольского края, "Ставропольский государственный педагогический институт" филиал в г. Ессентуки. - Пятигорск : РИА-КМВ, 2020. - 143 с. : ил., табл.; ISBN 978-5-6045290-5-8 : 50 экз.

5. Романенкова, Елена Владимировна. Художественная гимнастика "Ритмика и танец" : программа дополнительного образования по спортивной деятельности для учащихся начальной школы : внеучебная деятельность / Е. В. Романенкова, Л. М. Москалева. - Калининград : ТУ ЭС, 2009. - 30 с.; 21 см.; ISBN 978-5-91861-008-4

Дополнительная литература

6. Кустовская, Е. А. Партерная гимнастика как средство развития данных в подростковом возрасте / Е. А. Кустовская, Л. А. Патрикеева // Воспитание и обучение: теория, методика и практика : Сборник материалов V Международной научно-практической конференции

7. , Чебоксары, 16 октября 2015 года / Главный редактор О.Н. Широков. Ответственный редактор Т.В. Яковлева. – Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью "Центр научного сотрудничества "Интерактив плюс", 2015. – С. 226-228.

8. Патент на полезную модель № 67854 U1 Российская Федерация, МПК A61H 1/00. Жесткая коррекционная подушка для проведения партерной гимнастики : № 2007123967/22 : заявл. 27.06.2007 : опубл. 10.11.2007 / Л. В. Семашко.

9. Николаева, Н. И. Развитие гибкости у детей 7-8 лет средствами партерной гимнастики в процессе занятий ритмической гимнастикой / Н. И. Николаева, Е. Г. Аронова // Бюллетень института естествознания и спортивных технологий : Сборник научных статей. – Москва : Московский городской педагогический университет, 2020. – С. 77-87.

10. Николаева, Н. И. Развитие гибкости у детей 7-8 лет средствами партерной гимнастики в процессе занятий ритмической гимнастикой / Н. И. Николаева, Е. Г. Аронова // Бюллетень института естествознания и спортивных технологий : Сборник научных статей. – Москва : Московский городской педагогический университет, 2020. – С. 77-87.

11. Хабарова, Т. А. Использование элементов йоги в работе с детьми в хореографическом коллективе / Т. А. Хабарова, Н. А. Иванова // Развитие личности средствами искусства : Материалы V Международной научно-практической конференции, Саратов, 15 марта 2018 года / Под общей ред. Ю.Ю. Андреевой и И.Э. Рахимбаевой. – Саратов: Издательство "Саратовский источник", 2018. – С. 295-301.

12. Морозова, Е. Н. Физическая культура для студентов специальных медицинских групп в системе высшего образования / Е. Н. Морозова, С. Н. Попова // Инновационные методы обучения и воспитания : сборник статей Международной научно-практической конференции, Пенза, 15 августа 2020 года. – Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2020. – С. 208-210.

13. Огородников, С. С. Сравнительные характеристики эффективности применявшихся вариантов ритмической гимнастики / С. С. Огородников, Н. Л. Малышева // Актуальные научные исследования в современном мире. – 2016. – № 9-2(17). – С. 97-103.
14. Миронов, А. О. Методика развития способности к равновесиям у юных гимнасток / А. О. Миронов, К. Д. Ларкина, З. И. Петрина // Вестник Томского государственного университета. – 2020. – № 458. – С. 205-210. – DOI 10.17223/15617793/458/25.
15. Никитин, В. Ю. Роль и значение партерного экзерсиса в процессе обучения хореографическому искусству / В. Ю. Никитин // Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование. – 2019. – № 1(47). – С. 82-84.
16. Романова, Л. В. Партерный экзерсис в хореографии для детей подросткового возраста / Л. В. Романова, З. И. Рамазанова // Педагогика и психология: теория и практика : сборник статей Международной научно-практической конференции, Пенза, 25 марта 2020 года. – Пенза: "Наука и Просвещение" (ИП Гуляев Г.Ю.), 2020. – С. 92-94.
17. Тушина, С. Ю. Здоровьесберегающие технологии в системе физической культуры / С. Ю. Тушина // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2017. – № 2-3(71). – С. 5-13.
18. Клеменчук, С. П. Методика формирования пластичности движений девочек подросткового возраста / С. П. Клеменчук ; Ставропольский государственный педагогический институт. – Москва : Общество с ограниченной ответственностью "Издательский Дом МИРАКЛЬ", 2019. – 68 с. – ISBN 978-5-907151-04-8.
19. Гаджиев, Д. М. Методические рекомендации по оздоровительной аэробике в образовательных учреждениях / Д. М. Гаджиев // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2017. – № 3. – С. 13-19.
20. Ибраева, Р. К. Влияние занятий ритмической гимнастикой на организм человека / Р. К. Ибраева, О. А. Бекмаганбетов // Проблемы и перспективы развития науки и образования в XXI веке : материалы Международной (заочной) научно-практической конференции, София, Болгария, 18 февраля 2021 года. – Нефтекамск: Научно-издательский центр "Мир науки" (ИП Вострецов Александр Ильич), 2021. – С. 187-190.

7.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

1. Электронная библиотека: http://elibrary.rsl.ru
2. Библиотека гуманитарных наук. http://www.gumer.info/
3. Библиотека исторического факультета МГУ. http://www.hist.msu.ru/ER/
4. Исторический сайт: http://www.historichka.ru/materials/
5. Исторический сайт: http://www.hrono.ru/

Доступ в электронно-библиотечную среду ЭБС:

- *ЛАНЬ Договор с ООО «Издательство Лань» Режим доступа www.e.lanbook.com Неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей*
- *ЭБС ЮРАЙТ, Режим доступа www.biblio-online.ru Неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей*
- *ООО НЭБ Режим доступа www.eLIBRARY.ru Неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей*

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Методические рекомендации по осуществлению профессиональной гигиены исполнителя

Обучающимся важно самостоятельно и ответственно подходить к организации профессиональной гигиены, которая заключается в самостоятельном разогреве и подготовки опорно-двигательного аппарата к физическим нагрузкам, обеспечении необходимого отдыха и разгрузочных периодов в свободное время, качественного и своевременного питания, и также водного баланса организма.

8.2. Методические рекомендации к самостоятельной работе студентов

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя такие виды и формы как: подготовка к практическому занятию, отработка изученного танцевального движения, элемента, комбинации, упражнения, подготовка к дискуссии, подготовка сообщения, конспектирование изучаемой литературы, аналитический обзор новой литературы по изучаемой теме.

Для более углубленного изучения материала задание для самостоятельной работы рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий для самостоятельной работы, по возможности, следует ориентироваться на наглядное представление материала.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.

При изучении дисциплины обучающимися используются следующие информационные технологии:

-аудиовизуальное представление обучающимся с помощью компьютера содержания отдельных тем дисциплины на лекционных занятиях;

-предоставление обучающимся доступа к учебному плану, рабочей программе дисциплины в электронной форме, к электронно-библиотечной системе института, содержащей учебно-методические материалы по дисциплине в электронной форме, к информационным справочным системам, которые используется при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, посредством электронной информационно-образовательной среды института из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»;

-фиксация хода образовательного процесса по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института;

-формирование электронного портфолио обучающегося по дисциплине посредством электронной информационно-образовательной среды института.

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используется следующее лицензионное программное обеспечение:

Word, Excel, Power Point;
Adobe Photoshop;
Adobe Premiere;
Power DVD;
Media Player Classic.

10. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Профессиональная специфика творческих дисциплин предполагает синтез теоретического и практического обучения, с связи с чем, лекционный материал предлагается к изучению в параллели с практическим рассмотрением учебного мастерила. Это обуславливает обеспечение учебного процесса на творческих дисциплинах специализированными аудиториями, оборудованными необходимым обеспечения качественного образовательного процесса условиями: наличием хореографического станка, зеркал, профессионального покрытия пола, музыкальным оборудованием.

Для обеспечения творческих дисциплин хореографический факультет МГИК имеет в наличии аудитории: 100, 101, 103, 105, 201, 203, 205, 208, 301, 303, 307 учебного корпуса 2В; 131, 133, 134 учебного корпуса 2.
Для организации самостоятельной работы, в зависимости от целей и задач, имеются в наличии практические аудитории (вышеобозначенные), а также теоретической подготовки читальный зал библиотеки МГИК и домашние компьютеры.

11. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов (при наличии0

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

- для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.
Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.
При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены институтов, или могут использоваться собственные технические средства.
Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.
Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

- для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

- для слепых и слабовидящих:

- устройством для сканирования и чтения с камерой SARA CE;
- дисплеем Брайля PAC Mate 20;
- принтером Брайля EmBraille ViewPlus;

- для глухих и слабослышащих:

- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;
- акустический усилитель и колонки;

- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемыми эргономическими партами СИ-1;
- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

Составитель:

Зав. кафедрой современного танца Марченко С.Е.