

**Министерство образования и науки Республики Коми**

**Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Гимназия искусств при Главе Республики Коми» имени Ю.А. Спиридонова**

**Ю.А. Спиридонов нима «Коми Республикаса Юралысь бердын искусство гимназия»  
уджсикасö велöдан канму учреждение**

**ПРИНЯТА**

решением педагогического совета  
государственного профессионального  
общеобразовательного учреждения «Гимназия  
искусств при Главе Республики Коми» имени  
Ю.А. Спиридонова  
от 15.05.2024 г. №9

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом государственного  
профессионального  
общеобразовательного учреждения  
«Гимназия искусств при Главе  
Республики Коми»  
имени Ю.А. Спиридонова  
от 21.05.2024 г. №495-од

**Рабочая программа  
учебной дисциплины**

**ПУП.02.06 Классический танец**

---

(наименование дисциплины в соответствии с ФГОС)

для студентов, обучающихся по специальности  
**52.02.01 «Искусство балета»**

---

(код, наименование специальности)

**углублённый**

---

(уровень подготовки: базовый, углубленный)

**Авезова В.Р.**

(Ф.И.О. разработчика, разработчиков)

Сыктывкар, 2024

1.

## Пояснительная записка

### 1.1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины: дальнейшее совершенствование двигательных навыков и координации обучающегося как этап формирования высококвалифицированного артиста балета. Задачи дисциплины: дальнейшее развитие гибкости, пластичности и выносливости обучающегося; поддержание уровня растяжки в соответствии с профессиональными требованиями, предъявляемыми к артисту балета; поддержание эффективного функционирования сердечно-сосудистой и дыхательной систем обучающегося; дальнейшее развитие танцевально-ритмической координации и выразительности.

### 1.2. Место учебной дисциплины в учебном плане

Программа ПУП.02.06 «Классический танец» является частью основной образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования по специальности 52.02.01 Искусство балета углубленной подготовки. Программа ПУП 02.06 «Классический танец» относится к профильным учебным дисциплинам общеобразовательного учебного цикла, реализующим федеральный государственный образовательный стандарт среднего профессионального образования.

### 1.3. Результаты освоения учебной дисциплины

В результате прохождения дисциплины обучающийся должен:

- уметь: методически грамотно исполнять элементы и комбинации классического танца; составлять и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма; осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки; соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений; соблюдать требования к безопасности при выполнении элементов классического танца; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения;

- знать: роль тренажа классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни; требования получаемой профессии к физической подготовленности обучающегося; основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств; комплексы упражнений, направленных на поддержку профессиональной физической формы; основные правила соблюдения техники безопасности во время выполнения элементов тренажа классического танца.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 11. Использовать в профессиональной деятельности умения и знания, полученные обучающимися в ходе освоения учебных предметов и профильных учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

ПК 1.6. Сохранять и поддерживать собственную внешнюю физическую и профессиональную форму.

### 1.4. Содержание учебной дисциплины



№ п/п раздела, темы	Содержание курса
Первый год обучения (I курс)	
Тема 1.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа	1.Комплекс упражнений для разогрева стопы: а)партерный; б) у станка. 2.Комплекс упражнений для развития стопы. 3.Комплекс упражнений для укрепления стопы (в том числе со жгутом). Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 1.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины	1.Комплекс упражнений для разогрева корпуса; 2.Комплекс упражнений для развития гибкости спины; 3.Комплекс упражнений для расслабления спины; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 1.3 Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава	1.Комплекс упражнений для разогрева паха. 2.Комплекс упражнений на развитие верхней выворотности. 3.Комплекс упражнений на расслабление. Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 1.4 Упражнения, направленные на развитие шага	1.Комплекс упражнений для разогрева ног. 2.Различные виды растяжек. 3.Упражнения на растяжку подколенных связок. 4.Комплекс упражнений на расслабление. Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 1.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	1.Комплекс упражнений на развитие прыжка: а) с использованием возвышения; б) с использованием утяжелителей. 2.Комплекс упражнений на координацию. Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Второй год обучения (II курс)	
Тема 2.1 Упражнения, направленные на развитие голеностопа	1.Комплекс упражнений для разогрева стопы: а) партерный; б) у станка. 2.Комплекс упражнений для развития стопы. 3.Комплекс упражнений для укрепления стопы (в том числе со жгутом). Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 2.2 Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины	1.Комплекс упражнений для разогрева корпуса; 2.Комплекс упражнений для развития гибкости спины; 3.Комплекс упражнений для расслабления спины; 4.Комплекс упражнений на укрепление: а) мышц брюшного пресса; б) мышц спины; Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 2.3 Упражнения, направленные	1.Комплекс упражнений для разогрева паха.

на развитие подвижности тазобедренного сустава	2.Комплекс упражнений на развитие верхней выворотности. 3.Комплекс упражнений на расслабление. Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 2.4 Упражнения, направленные на развитие шага	1.Комплекс упражнений для разогрева ног. 2.Различные виды растяжек. 3.Упражнения на растяжку подколенных связок. 4.Комплекс упражнений на расслабление. Самостоятельная работа: отработка пройденного материала
Тема 2.5 Упражнения, направленные на развитие прыжка	1.Комплекс упражнений на развитие прыжка: а) с использованием возвышения; б) с использованием утяжелителей. 2.Комплекс упражнений на координацию. Самостоятельная работа: отработка пройденного материала

Срок реализации учебного предмета

Курс ПУП 02.06 «Классический танец» рассчитан на 2 года (I, II курс), изучается по 1 академическому часу в неделю. Объем часов по предмету «Классический танец» составляет 108 часов (72 часа практических занятий и 36 часов самостоятельной работы обучающихся).

Результатом промежуточной аттестации является средний балл по итогам текущей аттестации. Учитывая специфику хореографического искусства, оценке при проведении аттестации по тренажу классического танца подлежат:

- Телосложение: эстетика тела, особенности строения тела, пропорциональность и гармония телосложения, сценичность внешности, выразительность лица, рост, вес.
- Психологические особенности: уверенность в исполнении, эмоциональная выразительность исполнения в сочетании с пластической, воля, выдержка, собранность, целеустремленность, отношение к делу, перспективность.
- Профессиональные технические навыки владения программными элементами классического танца (пальцевая техника, шаг, прыжок, выворотность, техника рук и т.д.), связки, четкость исполнения, знание и практическая демонстрация основных методических принципов классической школы, апломб, подвижность, мобильность в исполнении.
- Музыкальность исполнения.

Критерии оценки

Оценка «5» - отлично

Отличная внешняя форма. Отличное владение программными элементами классического танца. Грамотное составление и выполнение комплекса упражнений, его целостность и логичность. Уверенность и четкость в исполнении.

Оценка «4» - хорошо

Хорошая внешняя форма. Хорошее владение программными элементами классического танца. Грамотное составление и выполнение комплекса упражнений, допускается 1 существенная ошибка в последовательности элементов, распределении физической нагрузки и т.п. Уверенность и четкость в исполнении.

Оценка «3» - удовлетворительно

Удовлетворительная внешняя форма. Удовлетворительное владение программными элементами классического танца. При составлении и выполнении комплекса упражнений допущены значительные ошибки. Неуверенность в исполнении.

Оценка «2» - исполнение не соответствует оценке «3».

2.

Тематическое планирование

2.1. Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Практические (аудиторные) занятия	Самостоятельная работа
ПУП. 02.06 «Классический танец»		108	72	36
Первый год обучения (I курс)		54	36	18
1.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		7	3
1.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		7	3
1.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		7	3
1.4	Упражнения, направленные на развитие шага		8	6
1.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		7	3

Второй год обучения (II курс)		54	36	18
2.1	Упражнения, направленные на развитие голеностопа		7	3
2.2	Упражнения, направленные на развитие гибкости и эластичности спины		7	3
2.3	Упражнения, направленные на развитие подвижности тазобедренного сустава		7	3
2.4	Упражнения, направленные на развитие шага		8	6
2.5	Упражнения, направленные на развитие прыжка		7	3

## 2.2. Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся. Формы и методы работы

Основной формой учебной работы является урок (практическое занятие).

### 2. 3. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы ПУП. 02.06 «Классический танец»

- балетный зал площадью не менее 52 кв.м (на 6-8 обучающихся), имеющий пригодные для танца полы со специализированным линолеумным покрытием, балетные станки (палки) длиной 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 9м x 2м на двух стенах;

- фортепиано или электронное пианино.

### 2.4.Рекомендуемая литература

- 1.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. //Первые три года обучения. Л.,М., «Искусство», 1964, переиздано 2010.
- 2.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебники для вузов. //Специальная литература. / Вступительная статья В. Красовской. «Лань» 2-е издание, 2006.
- 3.Базарова Н. «Классический танец: методика четвертого и пятого года обучения». //Учебник для высших и средних специальных учебных заведений искусств и культуры. «Лань», «Планета музыки», 2009.
- 4.Базарова Н. Классический танец. – Л., 1984.
- 5.Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л., 1983.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца., М-Л., «Искусство»,1963.,переиздано 2003.
7. Валукин Е. Мужской классический танец. – М.: ГИТИС, 1987.
8. Головкина С. Уроки классического танца в старших классах. – М., 1989.
9. Звездочкин В. А. Классический танец: учебное пособие. – Ростов-на-Дону, 2003.
10. Каплан С. С. Методика классического танца В. И. Пономарева // Вестник Академии Русского балета им. А. Я. Вагановой. – СПб.: Изд-во АРБ, 2000.
11. Пестов П. Аллегро в классическом танце. Раздел заносок. – М.: МГХИ, 1994.
12. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать: учебное пособие. – М., 2003.
- 13.Сафронова Л.Н. «Уроки классического танца»., СПб., АРБ., 2003.
14. Серебренников Н. Поддержка в дуэтном танце. – Л., 1985.
15. Тарасов Н. Классический танец. – М., 1981.
16. Шатилов К. Координация и ее значение в процессе обучения классическому танцу // Вестник Академии Русского балета имени А. Я. Вагановой. – СПб.: Изд-во АРБ, – 1999. – № 3.