

**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 29.08.2024 г. №1

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом государственного  
профессионального  
общеобразовательного учреждения  
«Гимназия искусств при Главе  
Республики Коми»  
имени Ю.А. Спиридонова  
от 29.08.2024 г. №728-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)

**Муравьева Татьяна Сергеевна**

(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 01. Выбирать способы и решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать основное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменениях климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

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 дуэтом 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.