

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Волгоградский государственный социально-педагогический университет»
Институт художественного образования
Кафедра вокально-хорового и хореографического образования

«УТВЕРЖДАЮ»

Проректор по учебной работе

Ю. А. Жадаев

« 28 » 2016 г.



Партнерный экзерсис

Программа учебной дисциплины

Направление 44.04.01 «Педагогическое образование»

Магистерская программа «Хореографическое искусство и образование»

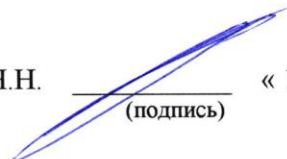
очно-заочная форма обучения

Волгоград
2016

Обсуждена на заседании кафедры вокально-хорового и хореографического образования
« 10 » декабря 2015 г., протокол № 4

Заведующий кафедрой  Олейник М.А. « 10 » декабря 2015 г.
(подпись) (зав. кафедрой) (дата)

Рассмотрена и одобрена на заседании учёного совета института художественного
образования « 19 » января 2016 г. , протокол № 6

Председатель учёного совета Таранов Н.Н.  « 19 » января 2016 г.
(подпись) (дата)

Утверждена на заседании учёного совета ФГБОУ ВО «ВГСПУ»
« 28 » марта 2016 г. , протокол № 10

Отметки о внесении изменений в программу:

Лист изменений № _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Лист изменений № _____
(подпись) (руководитель ОПОП) (дата)

Разработчики:

Долгополова Людмила Александровна старший преподаватель кафедры вокально-хорового и хореографического образования ФГБОУ ВО «ВГСПУ».

Программа дисциплины «Партерный экзерсис» соответствует требованиям ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 21 ноября 2014 г. № 1505) и базовому учебному плану по направлению подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование» (магистерская программа «Хореографическое искусство и образование»), утверждённому Учёным советом ФГБОУ ВПО «ВГСПУ» (от 30 марта 2015 г., протокол № 8).

1. Цель освоения дисциплины

Освоение методики совершенствования физических данных, необходимых для обучения хореографии, с помощью партерного экзерсиса.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Партерный экзерсис» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Профильной для данной дисциплины является педагогическая профессиональная деятельность.

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Ансамблевое искусство», «Методика преподавания специальных дисциплин», «Методическое и технологическое обеспечение руководства хореографическим коллективом», «Репетиторство в хореографии», «Современные направления в хореографии», «Современные хореографические педагогические технологии», «Художественное оформление хореографического произведения», прохождения практик «Научно-исследовательская практика», «Научно-исследовательская работа», «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (педагогическая)», «Преддипломная практика».

3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

– готовностью к разработке и реализации методик, технологий и приемов обучения, к анализу результатов процесса их использования в организациях, осуществляющих образовательную деятельность (ПК-4);

– готовностью применять современные методики и технологии организации профессиональной деятельности педагога-хореографа проектирования и экспертизы образовательных программ по хореографии для учреждений образования и культуры (СК-2).

В результате изучения дисциплины обучающийся должен:

знать

– практические основы методики исполнения движений партерного экзерсиса; специфику, принципы и структуру построения комплекса партерной гимнастики для разных возрастных категорий обучающихся;

– теоретические основы разработки и реализации методик, технологий и приемов обучения;

уметь

– составлять комплекс партерной гимнастики для различных возрастных категорий обучающихся; применять современные техники партерного экзерсиса в хореографической практике;

– отбирать наиболее эффективные методики, технологии и приемы обучения;

владеть

- методикой преподавания партерной гимнастики; современными техниками партерного экзерсиса в совершенствовании физического потенциала танцовщика;
- способами разработки и реализации методик, технологий и приемов обучения.

4. Объём дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестры
		1
Аудиторные занятия (всего)	12	12
В том числе:		
Лекции (Л)	–	–
Практические занятия (ПЗ)	–	–
Лабораторные работы (ЛР)	12	12
Самостоятельная работа	60	60
Контроль	–	–
Вид промежуточной аттестации		ЗЧ
Общая трудоемкость	часы	72
	зачётные единицы	2

5. Содержание дисциплины

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	1 Теория, история и практика партерной гимнастики в хореографии	<p>Тема 1. История возникновения и развития партерной гимнастики в хореографической практике. Автор методики партерной гимнастики Борис Князев. Урок партерной гимнастики по системе Б.Князева. Связь партерного экзерсиса с видами хореографического искусства, элементами спорта, гимнастики, акробатики, цирка и бытовой пластики. Основы пластической выразительности в партерной гимнастике. Понятие пластической выразительности в искусстве: - развитие физических и психологических основ пластической выразительности; - технические основы пластической выразительности; - методологические основы обучения двигательным действиям; - инструментальные биомеханические методики изучения партерных движений. Формирование универсальных навыков пластической выразительности тела. Современные отечественные и зарубежные техники партерного экзерсиса. Тема 2. Теоретические основы развития природных физических данных танцовщика средствами партерного экзерсиса. Физическими данные исполнителей: физические качества (социально обусловленные совокупности биологических и психических свойств человека, выражающие его физическую готовность осуществлять активную двигательную деятельность) и физические способности (относительно устойчивые, врожденные и</p>

		<p>приобретенные функциональные возможности органов и структур организма, взаимодействие которых обуславливает эффективность выполнения двигательных действий). Основные факторы, влияющие на развитие физических способностей. Профессиональные физические способности в хореографии и методы их развития средствами партерного экзерсиса. Координация тела: нервная, мышечная, двигательная. Координационные способности владения телом и регулировка мышечного тонуса. Индивидуально-психологические и психофизиологические особенности развития тела. Дыхание и движение. Основные понятия о дыхательной системе. Виды дыхания: верхнее (ключичное) - подъем плеч; среднее (диафрагмальное) - подвижность грудной клетки; нижнее - работа мышц живота. Понятия о правильном и неправильном дыхании. Три фазы правильного диафрагмального дыхания: выдох. Дыхательные упражнения: - для формирования диафрагмального дыхания; - для формирования глубокого длительного вдоха; - на дифференциацию вдоха; - на выработку длительного, сильного, целенаправленного выдоха; - на развитие межреберных дыхательных мышц. Упражнения на координацию дыхания и движения. Инновационные техники развития физических возможностей в практике партерной гимнастики. Современные методы и формы достижения положительных результатов в развитии танцевального шага, гибкости тела, элевации. Партерный стрейчинг.</p>
2	2 Методика построения партерного экзерсиса	<p>Тема 3. Принципы и структура построения партерного экзерсиса. Принципы и законы построения комплекса партерной гимнастики. Структура и музыкальное сопровождения урока партерной гимнастики. Основные упражнения, составляющие комплекс партерной гимнастики: - для подвижности шейного отдела позвоночника и укрепления мышц плеча и предплечья; - для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок; - для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава; - для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра; - для развития танцевального шага; - на развитие гибкости позвоночника и укрепления мышц спины; - для укрепления мышц брюшного пресса; - для развития танцевального шага. Согласованность и разобщенность отдельных частей тела в исполнении движений, способствующих развитию координации. Методика обучения технике исполнения основных упражнений партерного экзерсиса. Современные биомеханические методики изучения партерных</p>

		движений. Специфика и составление партерного экзерсиса для разных возрастных категорий обучающихся. Силовой комплекс партерного экзерсиса. Комплексы партерной гимнастики в системе образования ведущих отечественных хореографических школ. Тема 4. Профилактика травматизма и повышение эластичности связочно-мышечного аппарата танцовщика. Самоконтроль психофизического состояния организма. Средства и методы мышечной релаксации. Причины возникновения травм на занятиях хореографии (педагогические, медико-санитарные, организационно-технические). Методические ошибки в планировании учебно-тренировочного процесса по партерной гимнастике. Мероприятия по профилактике травматизма на занятиях партерной гимнастики (анализ индивидуальных особенностей обучающихся, анализ условий для занятий партерной гимнастикой).
--	--	---

5.2. Количество часов и виды учебных занятий по разделам дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Лекц.	Практ. зан.	Лаб. зан.	СРС	Всего
1	1 Теория, история и практика партерной гимнастики в хореографии	—	—	4	30	34
2	2 Методика построения партерного экзерсиса	—	—	8	30	38

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

6.1. Основная литература

1. Гройсман А.Л. Анатомия и физиология человека с элементами балетной медицины. Часть первая. Анатомия и физиология [Электронный ресурс]/ Гройсман А.Л., Иконникова А.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 95 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15514>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Лапшина А.М. Пластическое воспитание. Танец [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лапшина А.М.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского, 2015.— 104 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/59636>.— ЭБС «IPRbooks».

6.2. Дополнительная литература

1. Козлов В.В. Психология дыхания, музыки и движения [Электронный ресурс]/ Козлов В.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2014.— 175 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18329>.— ЭБС «IPRbooks».

2. Цорн А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии [Текст] / А. Я. Цорн. - 2-е изд., испр. - СПб.; М.; Краснодар : Планета музыки : Лань, 2011. 539, [2] с. - (Мир культуры, истории и философии). - ISBN 978-5-8114-1145-0 (Лань); 978-5-91938-005-4 (Планета музыки) : 349-95.

7. Ресурсы Интернета

Перечень ресурсов Интернета, необходимых для освоения дисциплины:

1. <http://www.liart.ru/> База данных Российской государственной библиотеки по искусству.
2. <http://www.e.lanbook.com> ЭБС «Лань».
3. http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub ЭБС Университетская библиотека.

8. Информационные технологии и программное обеспечение

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

1. 1. Офисный пакет (Microsoft Office, Open Office или др.).
2. 2. Браузеры: Google Chrome, Opera, Internet Explorer.

9. Материально-техническая база

Для проведения учебных занятий по дисциплине «Партерный экзерсис» необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Танцевальный зал, оборудованный зеркалами и оснащенный музыкальной аппаратурой для проведения практических занятий.
2. Аудитория для лекционных занятий, оснащенная видеоаппаратурой и музыкальным центром.

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Дисциплина «Партерный экзерсис» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору. Программой дисциплины предусмотрено проведение лабораторных работ. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Лабораторная работа представляет собой особый вид индивидуальных практических занятий обучающихся, в ходе которых используются теоретические знания на практике, применяются специальные технические средства, различные инструменты и оборудование. Такие работы призваны углубить профессиональные знания обучающихся, сформировать умения и навыки практической работы в соответствующей отрасли наук. В процессе лабораторной работы обучающийся изучает практическую реализацию тех или иных процессов, сопоставляет полученные результаты с положениями теории, осуществляет интерпретацию результатов работы, оценивает возможность применения полученных знаний на практике.

При подготовке к лабораторным работам следует внимательно ознакомиться с теоретическим материалом по изучаемым темам. Необходимым условием допуска к лабораторным работам, предполагающим использованием специального оборудования и материалов, является освоение правил безопасного поведения при проведении соответствующих работ. В ходе самой работы необходимо строго придерживаться плана работы, предложенного преподавателем, фиксировать промежуточные результаты работы для отчета по лабораторной работе.

Контроль за качеством обучения и ходом освоения дисциплины осуществляется на основе рейтинговой системы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов. Рейтинговая система предполагает 100-балльную оценку успеваемости студента по учебной дисциплине в течение семестра, 60 из которых отводится на текущий контроль, а 40 – на промежуточную аттестацию по дисциплине. Критериальная база рейтинговой оценки, типовые контрольные задания, а также методические материалы по их применению

описаны в фонде оценочных средств по дисциплине, являющемся приложением к данной программе.

11. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Самостоятельная работа обучающихся является неотъемлемой частью процесса обучения в вузе. Правильная организация самостоятельной работы позволяет обучающимся развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивает высокий уровень успеваемости в период обучения, способствует формированию навыков совершенствования профессионального мастерства.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время включает в себя подготовку к аудиторным занятиям, а также изучение отдельных тем, расширяющих и углубляющих представления обучающихся по разделам изучаемой дисциплины. Такая работа может предполагать проработку теоретического материала, работу с научной литературой, выполнение практических заданий, подготовку ко всем видам контрольных испытаний, выполнение творческих работ.

Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине представлено в рабочей программе и включает в себя:

- рекомендуемую основную и дополнительную литературу;
- информационно-справочные и образовательные ресурсы Интернета;
- оценочные средства для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Конкретные рекомендации по планированию и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Партерный экзерсис» представлены в методических указаниях для обучающихся, а также в методических материалах фондов оценочных средств.

12. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств, включающий перечень компетенций с указанием этапов их формирования, описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания и методические материалы является приложением к программе учебной дисциплины.