

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ ВОЛГОГРАДСКОЙ
ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Дубовский педагогический колледж»

РАССМОТРЕНО на заседании ПЦК
специальных дисциплин
Протокол № 5 от «17» апреля 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

О.А. Бочкарева _____

ОДОБРЕНО на заседании педсовета
Протокол № 5 от «17» апреля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП. 15 ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ХОРЕОГРАФИИ С ПРАКТИКУМОМ

Специальность 49.02.01 Физическая культура

Рабочая программа учебной дисциплины теория и методика хореографии с практикумом разработана по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Дубовский педагогический колледж».

Разработчик: Гусева М.Ю., преподаватель специальных дисциплин ГБПОУ «Дубовский педагогический колледж», специалист высшей квалификационной категории.

Рекомендована предметно-цикловой комиссией специальных дисциплин.
Протокол № 5 от «17» апреля 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП. 15 «Теория и методика хореографии с практикумом»**

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП 15 «Теория и методика хореографии с практикумом» является вариативной частью социально-гуманитарного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 Физическая культура. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 08.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 08	использовать танцевальную и физкультурно - оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;	роль хореографии и физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;
	применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;	основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;
	пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	средства профилактики перенапряжения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	87
в т.ч. в форме практической подготовки	81
в том числе:	
теоретическое обучение	6
практические занятия	
<i>Самостоятельная работа</i> ¹	6

¹Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины.

Промежуточная аттестация

Дифференцированный
зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
Раздел 1. Ритмика		3	
<p>Тема № 1.</p> <p>Музыкальное движение и развитие эмоциональной выразительности детей</p>	<p>Содержание</p> <p>1. определение характера ракт</p>	1	ОК 08

	ер а му зы ки , те мп а, ри тм а, му зы ка ль н ых ра зм ер ов : 3/ 4, 2/ 4, 4/ 4. О пр ед ел		
--	---	--	--

	ен ие ди на ми че ск их от те нк ов (ф ор те, пи ан о), ха ра кт ер а ис по лн ен ия дв и же ни й.		
--	--	--	--

	П он ят ие «п ок ло на » и ра зм ин ки на за ня ти и.		
Тема № 2 Азбука танца	Содержание 1. Понятие «азбуки танца», позиций ног, позиций рук, понятие «точки».	2	ОК 08

	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие 1. Освоение позиций ног, позиций рук.		
	Практическое занятие 2. Освоение комбинаций позиций ног, позиций рук, «точки».		
Раздел 2. Гимнастика		13	
Тема № 1. Различные виды гимнастических движений	Содержание	8	ОК 08

	<p>1.Общеразвивающие и танцевальные упражнения под музыкальное сопровождение, упражнения в паре с партнером, упражнения со скакалкой, упражнения с мячом, обручем (девушки).</p> <p>2.Физические упражнения для профилактики профессиональных заболеваний.</p>	<p>1</p>	
--	--	-----------------	--

	<p>ональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжений с расслаблением, упражнения для коррекции и нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки и др). СРС</p>		
	<p>В том числе практических занятий</p>	<p>7</p>	

	Практическое занятие 3. Развитие физических способностей средствами и гимнастики и хореографии.	4	
	Практическое занятие 4. Освоение комплексов упражнений для профилактики заболеваний.	3	
Тема № 2. «Партерный экзерсис» (вспомогательные и корригирующие упражнения на полу) в области хореографической подготовки	Содержание	5	ОК 08

	Типологи я форм занятий партерны м экзерсисо м в разных возрастн ых группах		
	В том числе практиче ских занятий	5	
	Практич еское занятие 5. Разработк а комплекс а партерног о экзерсиса для учащихся разного возраста.	3	
	Практич еское	2	

	занятие 6. Освоение техники выполнения двигательных действий.		
Раздел 3. Танцы		71	
Тема № 1. Особенности танцевальных элементов для учащихся разного возраста	Содержание	7	ОК 08
	1. Развитие физических способностей средствами и танца.	1	
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие 7. Развитие физических способно	3	

	над композицией и рисунком танца. СРС		
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 9. Развитие физических способностей средствами и хоровода. Исполнение основных движений танца: шаг на полупальцах; переменный шаг	2	

	вперёд, назад; шаг припадан ие.		
	Практич еское занятие 10. Освоение техники выполнен ия движений танца.	2	
Тема № 3. Русский танец «Кадриль».	Содержа ние	6	ОК 08
	Танец «Кадриль ». Виды и характер ные особенно сти танца. Основны е движени я танца «Кадриль ». Работа над композиц ией и		

	рисунком танца.		
	В том числе практиче ских занятий	6	
	Практич еское занятие 11. Выполне ние основных движений танца: движения рук; основной шаг; дроби; присядки; концовки.	4	
	Практич еское занятие 12. Создание схемы рисунков танца	2	

	«Кадриль».		
Тема № 4. Историко-бытовые и бальные танцы. Танец «Полонез»	Содержание	6	ОК 08
	Историко-бытовые и бальные танцы. Танец «Полонез».	1	
	Характерные особенности танца. Основные движения танца «Полонез».		
	Работа над композицией и рисунком танца.		
	В том числе практических занятий	5	
	Практическое занятие	3	

	«Вальса» . Работа над композицией и рисунком танца. СРС		
	В том числе практических занятий	6	
	Практическое занятие 15. Выполнение основных движений танца: вальсовая дорожка, тур вальса, балансе.	3	
	Практическое занятие 16. Работа над композицией	3	

	ией и рисунком танца.		
Тема № 6. Бальный танец «Танго»	Содержание	5	ОК 08
	Танец «Вальс». Виды и характерные особенности танца. Основные движения танца «Вальса». Работа над композицией и рисунком танца.	1	
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие 17. Выполнение	2	

	основных движений танца.		
	Практическое занятие 18. Работа над композицией и рисунком танца.	2	
Тема № 7. Бальный танец «Ча-ча-ча».	Содержание	6	ОК 08
	Танец «Ча-ча-ча» Виды и характерные особенности танца. Основные движения танца «Ча-ча-ча» Работа над композицией и рисунком	1	

	танца. СРС		
	В том числе практических занятий	5	
	Практическое занятие 19. Выполнение основных движений танца.	3	
	Практическое занятие 20. Работа над композицией и рисунком танца.	2	
Тема № 8. Бальный танец «Рок – н -ролл».	Содержание	6	ОК 08
	Танец «Рок - н -ролл» Виды и характерные		

	<p>особенности танца. Основные движения танца «Рок – н-ролл» Работа над композицией и рисунком танца.</p>		
	<p>В том числе практических занятий</p>	<p>6</p>	
	<p>Практическое занятие 21. Выполнение основных движений танца.</p>	<p>3</p>	
	<p>Практическое занятие 22. Работа над композицией</p>	<p>3</p>	

	ией и рисунком танца.		
Тема № 9. Спортивный детский танец.	Содержание	6	ОК 08
	Спортивный детский танец (с предметом и без него). Характерные особенности танца. Основные движения детского танца с предметом. Работа над композицией и рисунком танца.	1	
	В том числе практических занятий	5	

	<p>Практическое занятие 23. Выполнение основных движений спортивного детского танца. Работа над композицией и рисунком спортивного детского танца.</p>	2	
	<p>Практическое занятие 24. Выполнение основных движений спортивного детского танца с</p>	3	

	предметом. Работа над композицией и рисунком спортивного детского танца с предметом.		
Тема № 10. Спортивный флешмоб	Содержание	4	ОК 08
	Спортивный флешмоб. Характерные особенности танца. Основные движения флешмоба. Работа над композицией и рисунком танца. СРС	1	
	В том числе	3	

	практических занятий		
	Практическое занятие 25. Выполнение основных движений спортивного флешмоба .	2	
	Практическое занятие 26. Работа над композицией и рисунком флешмоба .	1	
Тема № 11. Эстрадный танец. Уроки Четки.	Содержание	6	ОК 08
	Основные движения танца «Четка» . Особенно	1	

	сти танца: характер и манера исполнен ия.		
	В том числе практиче ских занятий	5	
	Практич еское занятие 27. Выполнен ие основных движений танца: основные положени я рук, дорожка, дуоль, триоль, квадроль.	3	
	Практич еское занятие 28. Работа над композиц ией и	2	

	рисунком танца.		
Тема № 12. XX век и современный танец. Танец «Чарльстон».	Содержание	6	ОК 08
	Основные движения танца «Чарльстон». Особенности танца: характер и манера исполнения. СРС	1	
	В том числе практических занятий	5	
	Практическое занятие 29. Выполнение основных движений танца: положения рук; «свивл»; основной ход,	3	

	<p>поступательный ход.</p> <p>Практическое занятие 30. Работа над композицией и рисунком танца.</p>	2	
<p>Тема № 12. Дифференцированный зачет</p>	<p>Содержание: основные движения танцев: чечетка, чарльстон, рок-н-ролл, детского танца. Выполнение основных движений, характерных для танца, по заданной теме. Составлен</p>	1	ОК 08

	ие композиц ии и рисунка танца, по заданной теме.		
Промежуточная аттестация			
Всего:		87	

2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

лаборатория: физической и функциональной диагностики, зал ритмики и хореографии, оснащенный в соответствии с п.6.1.1 примерной основной образовательной программы по специальности;

оборудованные открытые спортивные площадки, оснащенные в соответствии с п.6.1.2.1 примерной основной образовательной программы по специальности;

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

Бриске, И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учебное пособие по дисциплинам «Педагогическая работа с хореографическим коллективом», «Организационно-творческая работа с хореографическим коллективом», «Драматургия детской хореографии» / И.Э. Бриске. - Челябинск: Челябинский государственный институт культуры, 2013. - 180 с.

Гройсман, А.Л. Анатомия и физиология человека с элементами балетной медицины. Часть первая. Анатомия и физиология / А.Л. Гройсман, А.Н. Иконникова. - М.: Когито-Центр,

Лифиц, И.В. Ритмика: учебное пособие/ И.В. Лифиц. - М.: Академия, 1999. – 57с.

Лопухов, А.В. Основы характерного танца / А.В. Лопухов, А.В. Ширяев, А.И. Бочкарев. – СПб: Лан, 2010. -109 с.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Гурьев, С. В. Физическое воспитание детей дошкольного и младшего школьного возраста : учебно-методическое пособие / С. В. Гурьев. — Москва: ИНФРА-М, 2020. — 218 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-014873-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1009496> (дата обращения: 19.06.2022). – Режим доступа: по подписке.

2. Виленская, Т. Е. Оздоровительные технологии физического воспитания детей младшего школьного возраста : учебное пособие / Т. Е. Виленская. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 285 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08305-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514694> (дата обращения: 19.12.2022).

3. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518234> (дата обращения: 19.12.2022).

4. Стеблецов, Е. А. Основы биомеханики: биомеханика физических упражнений : учебник для СПО / Е. А. Стеблецов, И. И. Болдырев. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 220 с. — ISBN 978-5-507-45547-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/311891> (дата обращения: 20.07.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей. Рекомендовано ФУМО 49.00.00

5. Ткачук, М. Г. Анатомия спортивной деятельности : учебник для СПО / М. Г. Ткачук, Е. А. Олейник, А. А. Дюсенова. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 224 с. — ISBN 978-5-507-45831-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/319376> (дата обращения: 20.07.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей. Рекомендовано ФУМО 49.00.00

6. Физическая культура: учебник и практикум для среднего профессионального образования / А. Б. Муллер [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 424 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02612-2. — Текст: электронный

3.2.3. Дополнительные источники

1. Базарова, Н. П. Азбука классического танца: первые три года обучения: учебное пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей. — Изд. 5-е, стер. — СПб.: Лань: Планета музыки, 2010.- 239с., ил. — ISBN 978-5-8114-0658-6

2. Базарова, Н.П. Классический танец: учебное пособие / Н.П. Базарова. — СПб.: Планета музыки, 2009.-192с. — ISBN 978-5-8114-0783-5

3. Бурцева, Г.В. Танец и методика его преподавания: мастерство хореографа (технология профессионального обучения) учебное пособие для студентов очной и заочной форм обучения по направлениям подготовки (специальностям) академии / Г.В. Бурцева. — изд. Алтайской гос. академии культуры и искусства — Барнаул, 2012. - 311с., ил. - ISBN 978-5-901897-82-9

4. Волынкин, В.И. Педагогика в схемах и таблица/ В.И. Волынкин. — СПб.: Лань: Планета музыки, 2008. -125 с.

5. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца/ Г.П. Гусев. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. — 234 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		
<p>Роль хореографии и физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</p> <p>основы здорового образа жизни; условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</p> <p>средства профилактики перенапряжения</p>	<p>демонстрирует знание роли хореографии и физической культуры в общекультурном, социальном, физическом развитии человека;</p> <p>знает основы ЗОЖ, формы, методику исполнения, содержание танцевальных и физических упражнений;</p> <p>знает основные факторы риска труда учителя, характеризует хореографию и физическую культуру как форму самовыражения личности; значимость средств хореографии и физической культуры в профессиональной деятельности;</p> <p>знает средства восстановления, профилактики перенапряжения;</p>	<p>устный опрос, тестирование, выполнение движений.</p>
<i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</i>		

<p>Использовать танцевальную и физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; для решения задач общей физической подготовки;</p> <p>применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>пользоваться средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности</p>	<p>использует содержание танцевальной и физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</p> <p>владеет методикой, техническими приемами и основами двигательной деятельности, активно применяет их в исполнении движений, комбинаций, этюдов;</p> <p>демонстрирует готовность к выполнению танцевальных композиций;</p> <p>применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</p> <p>владеет физическими упражнениями разной функциональной направленности, использует их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности для специальности учитель физической культуры.</p>	<p>оценка результатов выполнения комплексов упражнений и движений;</p> <p>тестирования физических качеств и танцевальных комбинаций;</p> <p>оценка заданий при проведении текущего контроля; промежуточной аттестации</p>
--	--	---

