

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ
БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ «КОЛЛЕДЖ-ИНТЕРНАТ
ЦЕНТР ИСКУССТВ ДЛЯ ОДАРЁННЫХ ДЕТЕЙ СЕВЕРА»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины
ПОД.06.01. ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИЮ
специальность 52.02.02 ИСКУССТВО ТАНЦА (по видам)

Ханты-Мансийск 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПОД.06.01. ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИЮ

1.1. Область применения рабочей программы:

Рабочая программа учебной дисциплины ПОД.06.01. Введение в профессию является частью образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования (ИОП в ОИ) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 52.02.02 Искусство танца (по видам).

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована образовательными учреждениями профессионального образования и дополнительного образования на территории Российской Федерации, работающих по данной специальности либо по дисциплине Введение в профессию. Рабочая программа составлена для дневной формы обучения.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы среднего профессионального образования в области искусств, интегрированной с образовательными программами основного общего и среднего общего образования (ИОП в ОИ):

ПОД.06.01. Введение в профессию относится к ОД.00. Общеобразовательный учебный цикл ОД.01. Общеобразовательный учебный цикл, реализующий федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования ПО.06. Предметная область «Технология» согласно ФГОС и ИОП в ОИ.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Цель: дать учащимся необходимые знания специфики процессов протекания основных психических и физиологических функций в различных условиях профессиональной деятельности.

Задачи: ознакомить с принципами построения карьеры танцовщика.

Изучение предметной области «Технология» должно обеспечить:

- развитие инновационной творческой деятельности обучающихся в процессе решения прикладных учебных задач;
- активное использование знаний, полученных при изучении других учебных предметов, и сформированных универсальных учебных действий;
- совершенствование умений выполнения учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- формирование представлений о социальных и этических аспектах научно-технического прогресса;
- формирование способности придавать экологическую направленность любой деятельности, проекту; демонстрировать экологическое мышление в разных формах деятельности.

Предметные результаты изучения предметной области "Технология" должны отражать:

- 1) осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества; формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда; уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства, энергетики и транспорта;
- 2) овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда;
- 3) овладение средствами и формами графического отображения объектов или процессов, правилами выполнения графической документации;

4) формирование умений устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам для решения прикладных учебных задач;

5) развитие умений применять технологии представления, преобразования и использования информации, оценивать возможности и области применения средств и инструментов ИКТ в современном производстве или сфере обслуживания;

6) формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда.

Артист балета ансамбля песни и танца, танцевального коллектива; преподаватель, должен обладать общими и профессиональными компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 11. Использовать в профессиональной деятельности личностные, метапредметные, предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 53 часа, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 35 часа; самостоятельной работы обучающегося 18 часов.

Нормативный срок освоения рабочей программы 1 год (1,2-ой семестры). Обучение проводится рассредоточено по всему периоду обучения: по 1 часа 1 раз в неделю.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПОД.06.01. ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИЮ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы:

Виды учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	53
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	35
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
Текущий контроль – контрольный урок в виде устного опроса (1 семестр)	
Промежуточный контроль - дифференцированный зачет в форме защиты реферата о любом выдающемся деятеле хореографии (2 семестр)	

2.2. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся:

Самостоятельная работа представляет собой обязательную часть образовательной программы (выражаемую в часах), выполняемую обучающимся внеаудиторных занятий в соответствии с заданиями преподавателя. Результат самостоятельной работы контролируется преподавателем. Самостоятельная работа может выполняться обучающимся в читальном зале библиотеки, компьютерных классах, а также в домашних условиях. Ход самостоятельного занятия в целом соответствует ходу урока с преподавателем.

Самостоятельные занятия должны быть построены таким образом, чтобы при наименьших затратах времени и усилий, достичь поставленных задач и быть осознанными и результативными.

Самостоятельная работа обучающихся подкрепляется учебно-методическим и информационным обеспечением, включающим специальную литературу, учебники, учебно-методические пособия, а также аудио и видео материалы.

Самостоятельная работа обучающихся служит закреплению и совершенствованию полученных на учебных занятиях знаний, умений и навыков, расширению общего и профессионального кругозора, утверждению общечеловеческих ценностей, воспитанию

гражданственности, трудолюбия.

Временной минимум самостоятельной работы обучающихся по дисциплине определяется учебным планом в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта.

Структура, формы и методы самостоятельных занятий в целом соответствуют структуре, формам и методам учебного занятия и предлагаются преподавателем индивидуально каждому обучающемуся с учетом задач, определенных для него на данный момент как приоритетные.

2.3. Примерный тематический план учебной дисциплины ПОД.06.01. Введение в профессию:

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество часов
	Раздел 1. Специфика профессиональной балетной деятельности	8
1.	Понятие «Артист», «Артист балета», «Школа» артиста балета	3
2.	Актуальное в процессе становления будущего артиста балета	1
3.	Что такое профессионализм артиста балета	1
4.	Условия выработки профессионализма артиста балета	2
	Контрольная работа	1
	Раздел 2. Психология профессиональной деятельности артиста балета	8
5.	Ощущения	1
6.	Восприятие и внимание	1
7.	Память, чувствительность, эмоциональность	1
8.	Творческое мышление	2
9.	Черты характера, необходимые артисту балета	1
10.	Межличностные отношения в творческом коллективе и адаптация	1
	Контрольная работа	1
	Раздел 3. Построение художественного образа	7
11.	Хореографический образ	2
12.	Образ – символ	2
13.	Просмотр различного видеоматериала по теме «Образ в танце»	3
	Раздел 4. Особенности строения опорно-двигательного аппарата	6
14.	Остеология	1
15.	Миология	1
16.	Артрология	1
17.	Влияние двигательной деятельности на структурные элементы организма человека	1
	Контрольная работа	1
	Раздел 5. Дыхание артиста балета	2
	Раздел 6. Судьбы известных балетных деятелей	3
	Контрольная работа	1
	Итого:	35

2.4. Содержание учебной дисциплины ПОД.06.01. Введение в профессию:

Раздел 1. Специфика профессиональной балетной деятельности.

1. Понятие «Артист», «Артист балета», «Школа» артиста балета

Кто такой артист вообще. Профессия «артист» и имя нарицательное – «артист». Отличительные особенности артиста балета.

Школа - это определенная совокупность идей, направлений, концепций, взглядов. Чтобы она существовала и развивалась, необходима четкая система педагогической поддержки, позволяющая брать от этих идей и направлений все самое лучшее, воплощать их в реальность, дополнять их новыми идеями. «Мы ждем от школы прекрасно подготовленных виртуозов танца, крепких технически и вместе с тем настоящих артистов, которые в самом сложном танце могут выразить мысль и пламенное чувство, способных к перевоплощению каждый раз в новый художественный образ, - пишет Р. В. Захаров.

Лучшие артисты балета, лучшие мировые школы хореографии.

2. Актуальное в процессе становления будущего артиста балета

Актуальным в системе подготовки современных специалистов является их умение напрямую встраиваться в профессиональную деятельность непосредственно сразу по окончании среднего профессионального заведения. В случае с хореографическим образованием это подразумевает плавность перехода из хореографического отделения колледжа в ансамбль песни и танца или в театр. Обеспечить этот переход - значит обосновать сущность педагогической подготовки будущего артиста, наладить взаимодействие театров и учебных заведения, уметь определять уровень готовности вчерашнего ученика к сегодняшней взрослой профессиональной деятельности.

Работ, посвященных комплексному исследованию процессов становления профессионализма артиста балета, практически нет. Существуют лишь отдельные публикации, рассматривающие ту или иную сторону этого обширного вопроса. Тем не менее, прецеденты грамотного построения системы перехода к профессиональной деятельности в нашей стране есть, и они требуют детального изучения.

3. Что такое профессионализм артиста балета

Профессионализм артиста балета - это не столько объективные факторы профессиональной деятельности вообще, сколько совокупность требований, ожиданий от действий артиста на сцене, формируемая традициями, историей балета, его выдающимися исполнителями, постановщиками балета, обычными зрителями. Поэтому обратимся к пониманию профессионализма артиста балета тех людей, кто непосредственно связан с этим искусством.

Работа артиста балета - это каждодневный тяжелый труд. По мнению А. Оль, балет должен стать «стилем жизни» артиста. Времени на что-либо другое не остается. Поэтому, в первую очередь профессионал в балете - это человек, отдающий всего себя этому искусству без остатка».

Готовность постоянно учиться у других и самосовершенствоваться - еще одно немаловажное требование к профессионалу. Вот что говорит по этому поводу один из ведущих солистов красноярского балета Александр Бутримович: «...любая подсказка воспринимается как кратчайший путь к лучшему и идет только на пользу. Стараюсь... больше слушать...». Подтверждение этих слов находим и у А. Оль: «После работы... приходится просматривать видеоряд каких-то классических постановок чуть ли не покадрово. И это не для того, чтобы бездумно слизать чью-то технику, а чтобы разобраться и понять всю глубину исполнения».

Соотнесенность балета и актерского искусства подчеркивается неоднократно: «Когда актеру балета удастся соединить блестящее знание ремесла, техники танца с умом, чувствами и творческим воображением, ему по праву принадлежит звание художника», - говорит Габович М.М. То же находим и у А. Оль: «Если в спектакле нет энергетика, выстроенных ролей, не спасут ни красивая музыка, ни роскошные костюмы и декорации - это будет скучно и непрофессионально».

Серьезные требования в балете предъявляются и к физическому состоянию исполнителя. «От строения мышц и связок, а в какой-то мере и костного остова фигуры человека, прежде всего, зависит, сможет ли он выполнить то или иное движение...», - утверждает Лопухов Ф.В. Профессионал в балете всегда в хорошей физической форме, пластичен и артистичен. Индивидуальные физиологические особенности солиста определяют его амплуа на сцене.

Профессионализм - комплексная характеристика уровня мастерства специалиста. Профессионализм артиста балета формируется в процессе длительного обучения и каждодневного труда. Профессионал в балете это физически и интеллектуально развитый, творчески одаренный человек, психологически устойчивый к разного рода неурядицам. Достижение профессионализма возможно лишь через практическую деятельность человека, через саморазвитие, активную помощь уже сформировавшихся мастеров.

4. Условия выработки профессионализма артиста балета

Становление профессионализма артиста балета ансамбля песни и танца происходит при следующих условиях:

- наличие педагогического сопровождения всего процесса становления артиста со стороны профессионала в сфере искусства танца;
- возможность осуществления реальной практики профессиональной деятельности на ранних этапах обучения;
- наличие постоянной конкуренции со стороны других становящихся профессионалов;
- планомерная физическая, интеллектуальная и психологическая подготовка и самоподготовка будущего профессионала.

Специфика профессиональной деятельности артиста балета заключается в необходимости удержания одновременно нескольких позиций, передачи художественного смысла одними лишь движениями, не произнося при этом ни слова. Профессия артиста балета разносторонняя и многогранная. Она требует достаточно длительной и качественной подготовки в процессе обучения, постоянного самосовершенствования по окончании обучения. Труд артиста балета - это каждодневные физические тренировки, это высокий уровень нравственного и эстетического воспитания, интеллекта, самосознания. Профессия артиста балета требует развития личностных качеств человека, постоянной активности познавательных функций, творческих способностей.

Под профессионализмом Маркова А.К. понимает «совокупность, набор личностных характеристик человека, необходимых для успешного выполнения труда». Профессионализм, по мнению автора, складывается из двух элементов: мотивационного и операционального.

Мотивационный элемент подразумевает:

- увлеченность менталитетом, смыслом, направленностью профессии на благо других людей, стремление проникнуть в современные гуманистические ориентации, желание оставаться в профессии;
- мотивацию высоких уровней достижения в своем труде;
- стремление развивать себя как профессионала, побуждение к позитивной динамике профессионального роста, использование любого шанса для профессионального роста, сильное профессиональное целеполагание;
- гармоничное прохождение всех этапов профессионализации - от адаптации к профессии далее к мастерству, творчеству, к безболезненному завершению профессионального пути;
- отсутствие профессиональных деформаций в мотивационной сфере, кризисов;
- внутренний локус профессионального контроля, то есть поиск причин успех - неуспеха в себе самом и внутри профессии;
- оптимальная психологическая цена высоких результатов в профессиональной деятельности, то есть отсутствие перегрузок, стрессов, срывов, конфликтов.

Операциональный элемент включает:

- осознание в полном объеме черт и признаков профессионала, развитое профессиональное сознание, целостное видение облика успешного профессионала;
- приведение себя в соответствие с требованиями профессии;
- реальное выполнение профессиональной деятельности на уровне высоких образцов и стандартов, овладение мастерством, высокая производительность труда, надежность и устойчивость высоких результатов;

- развитие человеком себя средствами профессии, самокомпенсация недостающих качеств, профессиональная обучаемость и открытость;
- внесение человеком своего творческого вклада в профессию, обогащение ее опыта, преобразование и оздоровление окружающей профессиональной среды;
- привлечение интереса общества к результатам своего труда, ибо общество может и не знать своих потребностей в результатах данного профессионального труда, этот интерес необходимо формировать.

Профессионализм, по мнению Марковой, достигается через прохождение следующих этапов:

1. Этап адаптации человека к профессии, первичное усвоение человеком норм, менталитетов, необходимых приемов, техник, технологий профессии; этот этап может завершиться быстро за первые 1-2 года начала работы или растянуться на годы, проходить болезненно;

2. Этап самоактуализации человека в профессии; осознание человеком своих возможностей выполнения профессиональных норм, начало саморазвития себя средствами профессии, осознание человеком своих индивидуальных возможностей выполнения профессиональной деятельности, осознанное усиление своих позитивных качеств, сглаживание негативных, укрепление индивидуального стиля, максимальная самореализация своих возможностей в профессиональной деятельности;

3. Этап свободного владения человеком профессией, проявляющегося в форме мастерства, гармонизации человека с профессией; здесь происходит усвоение высоких стандартов, воспроизведение на хорошем уровне кем-то ранее созданных методических рекомендаций, разработок, инструкций.

Раздел 2. Психология профессиональной деятельности артиста балета.

5. Ощущения

Как и любая профессиональная деятельность, балет предъявляет определенные требования к личности артиста, уровню развития его психических функций. Так активная двигательная деятельность артиста балета требует полноценного развития таких психических функций, как ощущения. «Большое значение, особенно в исполнительской деятельности человека, пишет Севастьянов А.И., имеет развитие кинестетического, или двигательного анализатора. Кинестетические ощущения вызываются, например, раздражением нервных окончаний, заложенных в мышцах, суставах, связках и костях, а также возникающих в результате перемещения тела в пространстве, и обеспечивают организм необходимой информацией для осуществления координированных и сложных двигательных актов исполнителя».

Ясно, также, что в деятельности артиста балета важны и такие виды ощущений, как слуховые, тактильные, статические, зрительные. Необходимо отметить, что развитие той или иной психической функции подразумевает их качественное состояние. Каждый здоровый человек обладает определенным набором психических функций, но степень их выраженности может существенно различаться, и тем самым создавать индивидуальные психические особенности каждой личности. В случае с ощущениями, мы можем говорить о таких качественных характеристиках, как абсолютный порог ощущений - наименьшее по силе раздражение, которое вызывает едва заметное ощущение, положительная или отрицательная адаптация - приспособление органов ощущений к действующим на них раздражителям.

6. Восприятие и внимание

Немаловажным в деятельности артиста балета является высокий уровень развития восприятия и внимания. При высокой активности этих функций у некоторых людей может сформироваться творческая наблюдательность, характерной чертой которой является «способность замечать в предметах и явлениях малозаметные, но весьма существенные, типичные признаки объекта или явления».

7. Память, чувствительность, эмоциональность

Творческая личность проявляется в своеобразии запечатления явлений окружающей действительности. Наиболее важна для творческого человека так называемая образная память, «закрывающаяся в запечатлении и последующем воссоздании представления ранее воспринятых объектов». Крайне важна и эмоциональная память, которая заключается в запоминании, воспроизведении и узнавании эмоций и чувств.

Для любой творческой профессии важны чувствительность и эмоциональность. Своеобразие эмоций и чувств определяется личностными свойствами, направленностью личности, ее мотивами, стремлениями, намерениями, индивидуальными психическими свойствами, например, характером и эмоционально-волевыми компонентами. Эмоции и чувства человек не только переживает, они имеют и внешнее «телесное» оформление в виде мимики, пантомимики, интонации и вегето-сосудистых проявлений.

8. Творческое мышление

Неотъемлемым элементом творческой деятельности является ее осознанность и мыслительная проработка человеком. В балете, как и в искусстве вообще, важно умение человека творчески мыслить. Основные свойства творческого мышления таковы:

- гибкость мышления (переход от одного класса явлений к другому, подчас далекому по содержанию);
- свобода от шаблона (нетривиальность, характеризующаяся поиском новых подходов к решению задач);
- широта мышления (возможность привлечения знаний из различных областей и умение эти знания применять);
- критичность (способность верно оценивать объект действий собственной деятельности);
- глубина (степень проникновения в сущность явлений);
- открытость (доступность мышления к различного рода привходящим идеям и суждениям);
- независимость (способность самостоятельно и оригинально формулировать и решать творческие задачи, не поддаваясь влиянию);
- эмпатичность (умение проникнуть в ход мыслей другого человека).

Процесс постановки хореографического полотна сопряжен с огромной мыслительной работой всех исполнителей. Артисту балета приходится работать с художественными образами. Их формирование и реализация ложится на воображение.

9. Черты характера, необходимые артисту балета

Для творческой профессии, в работе артиста балета важны такие черты характера как открытость, дружелюбие, терпение, ответственность, самостоятельность, активность, инициативность. Этот список не полон, но в целом он отражает специфику именно творческой профессиональной деятельности. Характеризуя деятельность артиста балета, нельзя не отметить такую особенность его работы как коллективизм. Балетная труппа или ансамбль песни и танца - это большая группа людей, со своими индивидуальными особенностями, в которой действуют определенные правила поведения, сложилась некая иерархия отношений. Коммуникативность, как умение находить общий язык с другими людьми, является важнейшей чертой характера творческого человека и артиста балета в том числе.

10. Межличностные отношения в творческом коллективе и адаптация

Понятие «поведение», «эмпиризм», понятие об этике. Соотношение субъективной и объективной реальности. Эмоционально – нравственное развитие личности. Личностное интеллектуальное развитие. Социальная среда как источник развития. Целостный личностный путь.

Раздел 3. Построение художественного образа

11. Хореографический образ

Хореографический образ – целостное выражение в танце чувства и мысли, человеческого характера. Образный танец содержателен, эмоционален, наполнен внутренним смыслом. Он всегда говорит о человеке, о народе, о стране, о времени.

Образ в народно-сценическом танце. Образ в балете. Образ в современной хореографии.
Основа образа – текст, сочиненный балетмейстером.

12. Образ – символ

Раскрытие идеи, замысла балетмейстера через хореографический образ. Взаимосвязь музыки и образа, драматургии и образа, рисунка танца и образа, танцевального текста и образа, художественного обобщения и образа.

13. Просмотр видеоматериалов с различными примерами по данной теме. Анализ увиденного

Раздел 4. Особенности строения опорно-двигательного аппарата

14. Остеология

Остеология – учение о костях. Функции скелета. Кость как орган. Классификация костей. Структурно-функциональная единица кости. Внешние и внутренние факторы роста, развития и старения костей. Влияние механических нагрузок на рост костей.

15. Миология

Миология – учение о мышцах. Скелетная мышца как орган. Строение мышц. Структурно-функциональная единица мышцы. Форма мышцы и её функциональное значение. Классификация мышц по форме, строению и функциям. Вспомогательный аппарат мышц. Принципы и виды работы мышц. Сила мышц. Понятие об общем центре тяжести, площади опоры и равновесии тела.

16. Артрология

Артрология – учение о соединениях костей. Строение сустава. Классификация суставов. Форма, оси движения в суставах. Факторы, укрепляющие суставы и обуславливающие подвижность в соединении костей.

Соединения костей туловища. Соединения позвоночного столба. Соединения позвонков (тел, дуг и отростков позвонков). Соединение позвоночного столба с черепом. Позвоночный столб как единое целое. Формирование изгибов позвоночного столба, виды и объем движений, возрастные особенности. Искривления позвоночного столба, причины их вызывающие, влияние на осанку. Анатомо-профессиональные особенности строения позвоночника у артистов балета.

Суставы плечевого пояса. Соединения костей свободной верхней конечности. Суставы свободной верхней конечности (плечевой, локтевой, лучезапястный и суставы кисти): строение, связочный аппарат, виды и объем движения. Анатомо-профессиональные особенности строения верхней конечности у артистов балета.

Суставы свободной нижней конечности (тазобедренный, коленный, голеностопный и суставы стопы): строение, связочный аппарат, виды и объем движения. Стопа артритса балета в целом: своды стопы. Анатомо-профессиональные особенности строения нижней конечности у артистов балета.

17. Влияние двигательной деятельности на структурные элементы организма человека

Особенности движения в балете.

Движение головы и шеи. Движения туловища. Осанка: физиологическое и эстетическое значение осанки. Осанка артистов балета.

Движения верхней конечности в естественных условиях и при занятиях в балете. Функциональные группы мышц, производящих движения в плечевом поясе: вперед, назад,

вверх, вниз, вращающие лопатку и круговые движения. Функциональные группы мышц, производящих движения в плечевом, локтевом, лучезапястном суставах и в суставах кисти.

Нижняя конечность и ее работа в балете. Функциональные группы мышц, производящих движения в поясе нижних конечностей. Функциональные группы мышц, производящих движения в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах и суставах стопы. Значение положения (наклона) таза при занятиях балетом. Ягодичная область как центр статики. Выворотное положение ног (супинация бедра) и ее значение при занятиях балетом; развитие и сохранение выворотности. Определение степени опорности нижних конечностей. Понятие о плоскостопии.

Основы балетного травматизма.

Наиболее нагружаемые звенья опорно-двигательного аппарата танцовщика и методика профилактики балетного травматизма. Современные принципы спортивной медицины и перенос их в балетную практику. Новое определение понятия «тренированность» и его трансформация в балетную медицину. Предупреждение повреждений в балетной практике. Современные принципы балетной медицины (тренировка гибкости, программы силовых тренировок наиболее нагружаемых звеньев опорно-двигательного аппарата танцовщика).

Физиологические особенности адаптации к физическим нагрузкам.

Срочная и долговременная адаптация к физическим нагрузкам. Изменения функций различных органов и систем организма при физических нагрузках. Понятие о физической работоспособности. Исследование и оценка физической работоспособности. Резервы физической работоспособности. Физиологические основы утомления и процессов восстановления. Переутомление и перенапряжение ведущих органов и систем организма.

Раздел 5. Дыхание артиста балета

Регуляция дыхания, ее возрастные особенности. Особенность дыхательных движений (вдох и выдох) роль грудной клетки и мышц брюшного пресса в обмене газов. Дыхательный центр и особенности его регуляции в процессе специфической двигательной деятельности. Заболевания системы дыхания и их профилактика.

Основы обучения дыханию в хореографии. Основные положения организации правильного дыхания. Координирование дыхания с движением. Зависимость дыхания от мышечной нагрузки, от ритма движений. Принцип «волевого вдоха».

Дыхательная пауза. Развитие дыхания речевым и голосовым аппаратом. Применение дыхания на уроках классического тренажа. Занятия по постановке дыхания.

Раздел 6. Судьбы известных балетных деятелей

По выбору учащихся или педагога. Биографический путь и самое интересное в жизни известных балетных танцовщиков или хореографов.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПОД.06.01. ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИЮ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению:

Для реализации учебной дисциплины образовательная организация БУ «Колледж-интернат Центр искусств для одарённых детей Севера» располагает необходимой материально-технической базой и средствами обучения:

1. Кабинет мировой художественной культуры № 228 (53,8м²), оснащён:

- стол ученический - 25 шт.;
- стул ученический - 25 шт.;
- стол учительский - 1 шт.;
- стул учительский - 1 шт.;
- доска меловая - 1 шт.;
- доска маркерная - 1 шт.;
- шкаф комбинированный - 1 шт.;
- шкаф для учебных пособий 4 шт.;
- тумба - 2 шт.,
- персональный компьютер - 1 шт.;
- видеопроектор - 1 шт.;
- экран - 1 шт.;
- видеомэгафитфон - 1 шт.;
- телевизор - 1 шт.;
- дидактический материал.

2. Музыкальная библиотека - 60 м² с читальным залом и возможностью выхода в сеть Интернет.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

3.2. Информационное обеспечение обучения:

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

Основные источники:

1. Касиманова, Л.А. Основные формы народного танца. Теория и методика преподавания. [Электронный ресурс] : учеб. пособие— СПб.: Лань, Планета музыки, 2017. — 64 с.: <http://e.lanbook.com/book/96062>.
2. Меднис, Н.В. Введение в классический танец. [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н.В. Меднис, С.Г. Ткаченко.— СПб. : Лань, Планета музыки, 2017. — 60 с. <http://e.lanbook.com/book/90839>.
3. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Приказ Минобрнауки России от 30.01.2015 N 33 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 52.02.02 Искусство танца (по видам)" (Зарегистрировано в Минюсте России 20.02.2015 N 36182).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПОД.06.01. ВВЕДЕНИЕ В ПРОФЕССИЮ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения контрольных уроков, а также дифференцированного зачёта.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать уровень своих профессиональных способностей и способностей других учащихся; - владеть навыками разработки модели профессиональной деятельности с учетом влияния реальных условий и факторов; - использовать навыки основ исследовательской работы в области хореографии; основные способы сохранения и поддержания профессиональной формы. <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специфику и особенности профессии «Артист балета ансамбля песни и танца, руководитель коллектива»; - специфику образования, воспитания танцовщика; - психологию профессиональной деятельности артиста балета; - способы формирования профессионализма; - основы планирования профессиональной деятельности в области хореографии; - методы диагностики профессиональных травм. Способы предотвращения профессионального травматизма; - требования к внешней физической и профессиональной форме танцовщика; - стили и жанры танцевального творчества современной хореографии; - сферы возможного применения своих приобретенных знаний и умений. 	<p>Оценка качества освоения данной рабочей программы включает текущий, периодический и итоговый контроль знаний.</p> <p>В качестве методов текущего и промежуточного контроля успеваемости используется наблюдение, устный опрос, контрольные уроки.</p> <p>1-ый семестр является контрольный урок в форме устного опроса.</p> <p>Согласно учебному плану, формой подведения итогов за 2-ой семестр – дифференцированный зачет, который может проходить в форме защиты реферата о любом выдающемся деятеле хореографии.</p>