ФГОС ВО
(версия3++)

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Рабочая программа дисциплины

Челябинск
ЧГИК
2019

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D1680E464141B273672F0CB1FCF0B4DC
Владелец: Синецкий Сергей Борисович
Действителен: с 16.08.2022 до 09.11.2023

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЧЕЛЯБИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ КУЛЬТУРЫ»

Кафедра педагогика хореографии

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Рабочая программа дисциплины
программа бакалавриата
«Руководство хореографическим коллективом, танцевально-спортивным клубом. Преподавание хореографических дисциплин»
по направлению подготовки
51.03.02 Народная художественная культура
квалификация: бакалавр

Челябинск
ЧГИК
2019

УДК 796 (073)
ББК 75.7 я 73
Ф 48

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО (версия 3++) по направлению подготовки Руководство хореографическим коллективом, танцевально-спортивным клубом. Преподавание хореографических дисциплин 51.03.02 Народная художественная культура.

Автор-составитель: С . В. Тараторин, доцент кафедры педагогики хореографии

Рабочая программа дисциплины как составная часть ОПОП на заседании совета хореографического факультета рекомендована к рассмотрению экспертной комиссией, протокол № 7 от 26.04.2019.

Экспертиза проведена 17.05.2019, акт № 2019/НХК(ХФ)

Рабочая программа дисциплины как составная часть ОПОП утверждена на заседании Ученого совета института протокол № 8 от 27.05.2019.

Срок действия рабочей программы дисциплины продлен на заседании Ученого совета института:

Учебный год	**№ протокола, дата утверждения**
2020/21	протокол № 8 от 18.05.2020
2021/22	протокол № 8 от 31.05.2021
2022/23	протокол № 8 от 30.06.2022
2023/24	протокол № 8 от 29.05.2023
2024/25	

Ф 48 Физическая культура и спорт : рабочая программа дисциплины : программа бакалавриата «Руководство хореографическим коллективом, танцевально-спортивным клубом. Преподавание хореографических дисциплин» по направлению подготовки 51.03.02 Народная художественная культура, квалификация: бакалавр автор-составитель С. В. Тараторин; Челябинский государственный институт культуры. – Челябинск, 2019. – 55с. – (ФГОС ВО версия 3++). – Текст : непосредственный.

Рабочая программа дисциплины включает: перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы; указание места дисциплины в структуре ОПОП; объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся; содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам), с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий; перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине; фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине; перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины; перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины; методические указания для обучающихся по освоению дисциплины; перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения; описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

© Челябинский государственный
институт культуры, 2019

СОДЕРЖАНИЕ

Аннотация 6
1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....7
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....8
3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся 8
4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий 8
4.1. Структура преподавания дисциплины.....8
4.1.1. Матрица компетенций 10
4.2. Содержание дисциплины.....10
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине 13
5.1. Общие положения.....13
5.2. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы 14
5.2.1. Содержание самостоятельной работы.....14
5.2.2. Методические указания по выполнению самостоятельной работы.....14
5.2.3. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для самостоятельной работы.....15
6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине 15
6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе 15
освоения образовательной программы 15
6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....19
6.2.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования 19
6.2.2. Описание шкал оценивания.....20
6.2.2.1. Описание шкалы оценивания ответа на зачете и (или) экзамене.....20
6.2.2.2. Описание шкалы оценивания.....21
6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы 21
6.3.1. Материалы для подготовки к зачету и (или) экзамену.....21
6.3.2. Темы и методические указания по подготовке рефератов, эссе и творческих заданий по дисциплине.....22
6.3.3. Методические указания по выполнению курсовой работы 22
6.3.4. Типовые задания для проведения текущего контроля формирования компетенций.....23
6.3.4.1. Планы семинарских занятий.....23
6.3.4.2. Задания для практических занятий.....23
6.3.4.3. Темы и задания для мелкогрупповых/индивидуальных занятий 25
6.3.4.4. Типовые темы и задания контрольных работ (контрольного урока) 25
6.3.4.5. Тестовые задания.....25
6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и владений, характеризующих этапы формирования компетенций.....25

7. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для освоения дисциплины 26
7.1. Печатные и (или) электронные образовательные ресурсы 26
7.2. Информационные ресурсы 27
7.2.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы .27
7.2.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет.....27
8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....28
9. Описание материально-технического обеспечения, необходимого для осуществления образовательного процесса по дисциплине 28
Лист изменений в рабочую программу дисциплины.....30

Аннотация

1	Индекс и название дисциплины по учебному плану	Б1.О.27 Физическая культура и спорт
2	Цель дисциплины	Формирование физической культуры личности, способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей профессиональной деятельности
3	Задачи дисциплины заключаются в:	- понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности; - изучение научных и практических основ физической культуры и здорового образа жизни; - освоение системы практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психического благополучия, развития и самосовершенствования психофизических способностей, качеств и свойств личности; - обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студентов к будущей профессии; -овладеть методикой контроля и дозирования специфической физической нагрузки во время занятий хореографией и во время проведения репетиций; - устранение функциональных отклонений и недостатков в физическом развитии, ликвидации остаточных явлений после заболеваний, развитии компенсаторных функций, повышении неспецифической устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды;
4	Планируемые результаты освоения	*УК-7*
5	Общая трудоемкость дисциплины составляет	в зачетных единицах – 2 в академических часах – 72
6	Разработчики	С.В.Тараторин, доцент кафедры педагогики хореографии

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В процессе освоения основной профессиональной образовательной программы (далее – ОПОП) обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Таблица 1

Планируемые результаты освоения ОПОП	**Перечень планируемых результатов обучения (индикаторы достижения компетенций)**			
	Код индикатора	**Элементы компетен-ций**	**по компетенции в целом**	**по дисциплине**
1	**2**	**3**	**4**	**5**
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1	Знать	основы и правила здорового образа жизни, поддержания физического тонуса и укрепления здоровья человека средствами физической культуры	основы и правила здорового образа жизни, поддержания физического тонуса и укрепления здоровья человека средствами общей физической подготовки и тренажа классического танца
	УК-7.2	Уметь	воспроизводить комплексы физических упражнений, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	воспроизводить комплексы общей физической подготовки и экзерсисов классического танца, необходимые для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности педагога хореографических дисциплин, руководителя хореографическим коллективом, танцевально-спортивным клубом
	УК-7.3	Владеть	навыками организации здорового образа жизни и поддержания физического тонуса, определения норм физической нагрузки и характера физических	навыками организации здорового образа жизни и поддержания физического тонуса, определения норм физической нагрузки и характера физических упражнений по тренажу классического танца

			упражнений	

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина логически и содержательно-методически взаимосвязана с дисциплинами: «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Модерн-джаз танец», «Эстрадный танец» Освоение дисциплины будет необходимо при изучении дисциплин «Мастерство хореографа» прохождении практик: Ознакомительная практика, подготовке к государственной итоговой аттестации.

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с утвержденным учебным планом составляет 2 зачетных единиц, 72 часа

Таблица 2

Вид учебной работы	Всего часов	
	Очная форма	**Заочная форма**
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	72	
– Контактная работа (всего)	64.2	
в том числе:		
лекции	-	
семинары	-	
практические занятия	64	
мелкогрупповые занятия	-	
индивидуальные занятия	-	
консультация *в рамках промежуточной аттестации (КонсПА)*	-	
иная контактная работа (ИКР) *в рамках промежуточной аттестации*	0.2	
консультации (конс.) контроль самостоятельной работы (КСР)	5 % от лекционных час.	15 % от лекционных час. *если иное не отражено в учебном*
– Самостоятельная работа обучающихся (всего)	7.8	
– Промежуточная аттестация обучающегося – зачет контроль	-	

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Структура преподавания дисциплины

Таблица 3

Очная форма обучения

Наименование разделов, тем	Общая трудоемкость (всего час.)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, и трудоемкость (в академ. час.)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам) в т. ч. с контактной работой
		Контактная работа				с/р	
		лек.	сем.	практ.	инд.		
1	2	3	4	5	6	7	8
Тема 1. Функциональный тренинг	**12**			**8**		**4**	
Тема 2. Развитие силовых возможностей	**8**			**8**			
Тема 3. Развитие координации движений	**8**			**8**			
Тема 4. Развитие гибкости	**8**			**8**			
Итого в 1 сем.	**36**			**32**		**4**	
Тема 5. Профилактика нарушений осанки	**11**			**11**			
Тема 6. Развитие общей выносливости	**11**			**11**			
Тема 7. Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации	**13.8**			**10**		**3.8**	
Зачет 2 семестр	**0.2**						Зачет ИКР – 0,2 час.
Итого в 2 сем.	**36**			**32**		**3.8**	**0.2**
Всего по дисциплине	**72**			**64**		**7.8**	**0.2**

Заочная форма обучения

Наименование разделов, тем	Общая трудоемкость (всего час.)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, и трудоемкость (в академ. час.)					Форма промежуточной аттестации (по семестрам) в т. ч. с контактной работой
		Контактная работа				с/р	
		лек.	сем. / конс, КСР	практ. / конс, КСР	инд. / конс, КСР		
1	2	3	4	5	6	7	8

Тема 1. Функциональный тренинг	**12**			**2**		**10**	
Тема 2. Развитие силовых возможностей	**12**			**2**		**10**	
Тема 3. Развитие координации движений и гибкости	**12**			**2**		**10**	
Итого в 1 сем	**36**			**6**		**30**	
Тема 4. Профилактика нарушений осанки	**10**			**2**		**8**	
Тема 5. Развитие общей выносливости	**11**			**2**		**9**	
Тема 6. Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации	**11**			**2**		**9**	
Зачет	**2**						**2**
	2			**6**		**26**	ИКР –2 час.
Итого в 1 сем	**36**			**6**		**26**	**4**
Всего	**72**			**12**		**56**	**4**

Таблица 4

4.1.1. Матрица компетенций

Наименование разделов, тем	**УК-7**
1	**2**
Тема 1. Функциональный тренинг	+
Тема 2. Развитие силовых возможностей	+
Тема 3. Развитие координации движений	+
Тема 4. Развитие гибкости	+
1 сем.	
Тема 5. Профилактика нарушений осанки	+
Тема 6. Развитие общей выносливости	+
Тема 7. Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации	+
Зачет 2 семестр	
2 сем.	

4.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Функциональный тренинг

Выполнение комплекса упражнений на развитие чувства равновесия. Выполнение комплекса упражнений с собственным весом. Экзерсис у станка. Demi-plie в I, II, III, V и IV позициях. Grands plie в I, II, V и IV позициях. Battements tendus:с I позиции в сторону; с demi-plie; с V позиции в сторону, вперед, назад; с опусканием пятки во II позицию, с I и V позиций; с demi-plie во II позиции без перехода с опорной ноги с I и V позиций; passe par terre. Battements tendus jetes: с I и V; с demi-plie; piques в сторону, вперед, назад. Demi-rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plie. Plie-soutenus вперед, в сторону, назад. Положение ноги sur le cou-de-pied вперед, назад и обхватное.

Экзерсис на середине зала. Положение epaulement croisée et efface. Позы – croisée, effacee, ecartee вперед и назад; I, II и III arabesques. Battements tendus: с I и V позиций во всех направлениях. Battements tendus jetes: с I и V позиций во всех направлениях; с demi-plie; piques. Demi-rond et rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Preparation для rond de jambe par terre en dehors et en dedans. PIie-soutenus. Battements fondus. Battements soutenus. Petits battements sur le cou-de-pied. Battements doubles frappes носком в пол. Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans.Battements releves lents на 45° и на 90°.

Тема 2. Развитие силовых возможностей

Развитие силовых возможностей, комплексно воздействующих на развитие всех физических качеств. Упражнения для развития максимальной силы, скоростно-силовых качеств, взрывной силы, с применением различных движений.

Экзерсис у станка. Battements releves lents на 45° и на 90° с I и V позиций в сторону, вперед, назад. Battements developpes: вперед, в сторону, назад; passes со всех направлений. Grands battements jetes с I и V позиций вперед.

Экзерсис на середине зала. Battements developers. Grands battements jetes с I и V. Releves на полупальцы в I, II и V позициях с вытянутых ног и с demi-plie.

Тема 3. Развитие координации движений

Развитие необходимых двигательных качеств и умений, управлений динамикой движения, ритмом выполнения, развитие двигательных и зрительных анализаторов, вырабатывая мышечные ощущения. Чередование интенсивности заданий для развития чувства движения, скорости, времени, амплитуды, темпа и ритма

.Pas de bourree suivi en face на месте и с продвижением в сторону. Pas de bourree с переменой ног en face и с окончанием в epaulement. Повороты на полупальцах вокруг себя на одном месте в V позиции.

Temps lie par terre вперед и назад.

Полуповорот (demi-detourne) в V позиции с переменой ног на полупальцах, начиная с вытянутых ног и с demi-plie; полный поворот (detourne).

Развитие устойчивости, освоение движений en tournant, заносок, дальнейшее развитие координации, работа над выразительностью.

Тема 4. Развитие гибкости

Основные средства и методы развития гибкости. Использование упражнений на растягивание в динамическом и статическом режиме. Упражнения для увеличения подвижности в суставах. Дозировка выполнения активных динамических упражнений методом повторного растягивания – суставы позвоночника: 90–80, плечевой: 60–50, локтевой: 30–25, лучезапястный: 30–25, тазобедренный: 70–60, коленный: 25–20,

голеностопный: 25–20.

Перегибы корпуса назад и в сторону (стоя лицом к станку). 1-е и 3-е port de bras (на середине зала). Растяжки у станка, на середине зала.

4-е и 5-е port de bras и port de bras с наклоном корпуса в сторону. Temps lie par terre с перегибом корпуса. 3-е port de bras с ногой, вытянутой на носок назад на plie (с растяжкой) без перехода с опорной ноги и с переходом.

Тема 5. Профилактика нарушений осанки

Выполнение упражнений для мышц спины и брюшного пресса (использование как мелких групп мышц, так и крупных).

Постановка корпуса, головы, положений ног, рук в классическом танце. Изучение позиций ног – I, II, III, IV, IV; позиций рук – подготовительное положение, 1, 3, 2 (проучивается у станка и на середине зала).

Тема 6. Развитие общей выносливости

Основные методы развития общей выносливости: 1) метод слитного (непрерывного) упражнения с нагрузкой умеренной и переменной интенсивности; 2) метод повторного и интервального упражнения.

Allegro как метод развития выносливости. Temps saute по I, II, и V позициям. Changement de pieds. Pas echappe во II позицию. Pas assemble с открыванием ноги в сторону, к концу года вперед и назад en face. Pas glissade в сторону. Pas balance. Sissonne fermee в сторону. Sissonne simple (к концу года). Petit pas chasse en face вперед. Pas jete с открыванием ноги в сторону.Трамплинные прыжки по I и II позициям. Сценический pas de basque.Экзерсис на пальцах. Releves по I, II и V позициям. Pas echappe во II позицию с I и V позиций. Pas assemble soutenu en face (с открыванием ноги в сторону). Pas de bourree с переменой ног en face. Pas de bourree suivi en face на месте и с продвижением в сторону et en tournant. Pacouru вперед и назад. Pas glissade в сторону.

Тема 7. Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации

Видоизменение условий решения двигательных задач (стадии и этапы формирования двигательного навыка в соответствии с теорией М. А. Бернштейна). Основные параметры регламента выполнения двигательных действий. Развитие необходимых двигательных качеств и умений, управление динамикой движения, ритмом выполнения, развитие двигательных и зрительных анализаторов с дифференциацией мышечных ощущений. Чередование интенсивности упражнений, развивая чувство времени, темпа, ритма, амплитуды и скорости движений.

Средства и методы мышечной релаксации.

1. Классическая методика аутогенной тренировки И. Г. Шульца а) низкая ступень (6 упражнений); б) высшая ступень (7 упражнений):

а) методика мотивированного воздействия на самого себя при помощи формул самовнушения с целью физического оздоровления с помощью регуляции своих вегетативных процессов (ЧСС, частоты и глубины дыхания, температуры теля и др.) Упражнения: «Тяжесть», «Тепло», «Сердце», «Дыхание», «Тепло в области солнечного сплетения», «Прохлада в области лба»;

б) упражнения высшей ступени, цель – овладение психическими процессами, затрагивающими глубины подсознательного мышления, создание необходимого эмоционального фона.

2. Психомышечная тренировка А. В. Алексеева: тренировка способности к

удерживанию внимания на нужных мысленных образах в процессе овладения расслаблением, согреванием и обездвиживанием групп скелетных мышц.

5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

5.1. Общие положения

Самостоятельная работа обучающихся – особый вид познавательной деятельности, в процессе которой происходит формирование оптимального для данного индивида стиля получения, обработки и усвоения учебной информации на основе интеграции его субъективного опыта с культурными образцами.

Самостоятельная работа может быть аудиторной и внеаудиторной.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется на практических занятиях. Внеаудиторная самостоятельная работа может осуществляться:

– в контакте с преподавателем: на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий и т. д.;

– без контакта с преподавателем: в аудитории для индивидуальных занятий, в библиотеке, дома, в общежитии и других местах при выполнении учебных и творческих заданий.

Внеаудиторная самостоятельная работа, прежде всего, включает повторение материала, изученного в ходе аудиторных занятий; работу с основной и дополнительной литературой и интернет-источниками; выполнение заданий, вынесенных преподавателем на самостоятельное изучение; научно-исследовательскую и творческую работу обучающегося.

Целью самостоятельной работы обучающегося является:

– формирование приверженности к будущей профессии;

– систематизация, закрепление, углубление и расширение полученных знаний умений, владений;

– формирование умений использовать различные виды изданий (официальные, научные, справочные, информационные и др.);

– развитие познавательных способностей и активности обучающегося (творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности);

– формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию, самореализации;

– развитие исследовательского и творческого мышления.

Самостоятельная работа является обязательной для каждого обучающегося, и ее объем по каждой дисциплине определяется учебным планом. Методика ее организации зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, индивидуальных качеств и условий учебной деятельности.

Для эффективной организации самостоятельной работы обучающийся должен:

знать:

– систему форм и методов обучения в вузе;

– основы научной организации труда;

– методики самостоятельной работы;

– критерии оценки качества выполняемой самостоятельной работы;

уметь:

– проводить поиск в различных поисковых системах;

– использовать различные виды изданий;

– применять методики самостоятельной работы с учетом особенностей изучаемой дисциплины;

владеть:

– навыками планирования самостоятельной работы;

– навыками соотнесения планируемых целей и полученных результатов в ходе самостоятельной работы;

– навыками проектирования и моделирования разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

Методика самостоятельной работы предварительно разъясняется преподавателем и в последующем может уточняться с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Время и место самостоятельной работы выбираются обучающимися по своему усмотрению, но с учетом рекомендаций преподавателя.

Самостоятельную работу над дисциплиной следует начинать с изучения рабочей программы дисциплины, которая содержит основные требования к знаниям, умениям и владениям обучаемых. Обязательно следует помнить рекомендации преподавателя, данные в ходе установочного занятия, а затем – приступать к изучению отдельных разделов и тем в порядке, предусмотренном рабочей программой дисциплины.

5.2. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Таблица 5

5.2.1. Содержание самостоятельной работы

Наименование разделов, темы	**Содержание самостоятельной работы**	**Форма контроля**
Раздел		
Тема 1. Функциональный тренинг	студент готовит конспект первоисточника по функциональному тренингу	Опрос, проверка самостоятельной работы
Тема 7. Формирование двигательных умений и навыков.	студент формирует навыки исполнения движений классического экзерсиса	Опрос, проверка самостоятельной работы

5.2.2. Методические указания по выполнению самостоятельной работы

*Самостоятельная работа № 1. Тема «*Функциональный тренинг*»*

Цель работы: Изучение первоисточников.

Задание и методика выполнения:

Используя источники, указанные в разделе 7 «Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины» в процессе изучения которой, студент готовит конспект первоисточника по функциональному тренингу (классическому танцу) с указанием автора.

*Самостоятельная работа № 2. Тема «*Формирование двигательных умений и навыков».

Цель работы: Формирование навыков.

Задание и методика выполнения:

Используя источники, указанные в разделе 7 «Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины» в процессе изучения которой, студент формирует навыки исполнения движений классического экзерсиса.

5.2.3. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для самостоятельной работы

См. Раздел 7. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для освоения дисциплины.

www.i-exam.ru – Единый портал интернет-тестирования в сфере образования.

Интернет-ресурс «Интернет-тренажеры. Подготовка к процедурам контроля качества» имеет два режима: «обучение» и «самоконтроль».

Режим обучения позволяет:

1. Работать в базе заданий без ограничения по времени.
2. Осуществлять проверку правильности выполнения задания. Она происходит сразу после ответа.
3. В случае выбора неправильного ответа выводится подсказка (правильное решение).

Режим самоконтроля позволяет:

1. Просмотреть структуру теста в соответствии с разделами и темами дисциплины.
2. Увидеть результат тестирования в процентах и с указанием усвоенных/неусвоенных тем.

Для преподавателей и обучающихся данный ресурс доступен 2 раза в год (как правило, это периоды: сентябрь – декабрь / март – июнь). Объявление об открытии доступа к ресурсу и «ключ пользователя» публикуются в локальной сети Интранет.

http://fgosvo.ru/ – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.

http://gramota.ru/ – Справочно-информационный портал **Грамота.ру** – русский язык для всех.

https://grants.culture.ru/ – Культура. Гранты России. Общероссийская база конкурсов и грантов в области культуры и искусства.

https://openedu.ru – Открытое образование.

https://президентскиегранты.рф – Фонд президентских грантов.

https://rsv.ru – Россия – страна возможностей.

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Таблица 6

Паспорт фонда оценочных средств для текущей формы контроля

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
1	2	3	4
Раздел 1. ***Название***			
Тема 1. Функциональный тренинг	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Практическая работа № 1 «Функциональный тренинг» – Самостоятельная работа № 1. Тема «Функциональный тренинг».
Тема 2. Развитие силовых возможностей	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Практическая работа № 2 «Развитие силовых возможностей»
Тема 3.**Р**развития координации движений.	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Практическая работа № 3 «Развития координации движений»
Тема 4. Развитие гибкости.	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Практическая работа № 4 «Развитие гибкости»
Тема 5.	УК-7	УК-7.1	– Практическая работа № 5

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
Профилактика нарушений осанки.	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.2 УК-7.3	«Профилактика нарушений осанки»
Тема 6. Развитие общей выносливости	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Практическая работа № 6 «Развитие общей выносливости»
Тема 7. Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Практическая работа № 7 «Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации» – Самостоятельная работа № 2 Тема «Формирование двигательных умений и навыков».

Таблица 7

Паспорт фонда оценочных средств для промежуточной аттестации

Наименование разделов, темы	Планируемые результаты освоения ОПОП	Коды индикаторов достижения компетенций	Наименование оценочного средства
1	**2**	**3**	**4**
Раздел			
Тема 1. Функциональный тренинг	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической	УК-7.1 УК-7.2	

	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.3	
Тема 2. Развитие силовых возможностей	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
Тема 3.**Р**развития координации движений.	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
Тема 4. Развитие гибкости	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	
Тема 5. Профилактика нарушений осанки	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Вопросы к зачету (№ 2семестра): № 1-16 № 1-10 практико-ориентированных заданий:

Тема 6. Развитие общей выносливости	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Вопросы к зачету (№ 2 семестра): № 1-16 теоретических вопросов: № 1-10 практико-ориентированных заданий:
Тема 7. Формирование двигательных умений и навыков. Средства и методы мышечной релаксации	УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1 УК-7.2 УК-7.3	– Вопросы к зачету (№ 2 семестра): № 1-16 теоретических вопросов: № 1-10 практико-ориентированных заданий:

6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

6.2.1. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования

Таблица 8

Показатели и критерии оценивания компетенций

Планируемые результаты освоения ОПОП	Показатели сформированности компетенций	Критерии оценивания
1	2	3
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	– понимает основы и правила здорового образа жизни, поддержания физического тонуса и укрепления здоровья человека средствами физической культуры; – применяет основы и правила здорового образа жизни, поддержания физического тонуса и укрепления здоровья человека средствами тренажа классического танца;	Обучающийся обладает необходимой системой знаний, достиг осознанного владения умениями, навыками и способами профессиональной деятельности. Демонстрирует способность анализировать, проводить сравнение и обоснование выбора методов решения заданий в практико-ориентированных ситуациях.

	– способен использовать знания, умения, владения в профессиональной деятельности.	

Таблица 9

Этапы формирования компетенций

Наименование этапа	Характеристика этапа	Формы контроля
1	**2**	**3**
Начальный (входной) этап формирования компетенций	Диагностика входных знаний в рамках компетенций.	Практический показ
Текущий этап формирования компетенций	Выполнение обучающимися заданий, направленных на формирование компетенций Осуществление выявления причин препятствующих эффективному освоению компетенций.	Практический показ
Промежуточный (аттестационный) этап формирования компетенций	Оценивание сформированности компетенций по отдельной части дисциплины или дисциплины в целом.	***Зачет:*** практический показ

6.2.2. Описание шкал оценивания

Таблица 10

6.2.2.1. Описание шкалы оценивания ответа на зачете

Оценка по номинальной шкале	Описание уровней результатов обучения
Зачтено	Обучающийся показывает глубокие, исчерпывающие знания в объеме пройденной программы, уверенно действует по применению полученных знаний на практике, демонстрируя умения и владения, определенные программой. Грамотно и логически стройно излагает материал при ответе, умеет формулировать выводы из изложенного теоретического материала, знает дополнительно рекомендованную литературу. Обучающийся способен действовать в нестандартных практико-ориентированных ситуациях. Отвечает на все дополнительные вопросы. Результат обучения показывает, что достигнутый уровень оценки результатов обучения по дисциплине является основой для формирования соответствующих компетенций.
Зачтено	Результат обучения показывает, что обучающийся продемонстрировал результат на уровне осознанного владения учебным материалом и учебными умениями, владениями по дисциплине. Допускает незначительные ошибки при освещении заданных вопросов. Обучающийся способен анализировать, проводить сравнение и обоснование выбора методов решения заданий в практико-ориентированных ситуациях.

Зачтено	Результат обучения показывает, что обучающийся обладает необходимой системой знаний и владеет некоторыми умениями по дисциплине. Ответы излагает хотя и с ошибками, но исправляемыми после дополнительных и наводящих вопросов. Обучающийся способен понимать и интерпретировать освоенную информацию, что является основой успешного формирования умений и владений для решения практико-ориентированных задач.
Не зачтено	Результат обучения обучающегося свидетельствует об усвоении им только элементарных знаний ключевых вопросов по дисциплине. Допущенные ошибки и неточности в ходе промежуточного контроля показывают, что обучающийся не овладел необходимой системой знаний и умений по дисциплине. Обучающийся допускает грубые ошибки в ответе, не понимает сущности излагаемого вопроса, не умеет применять знания на практике, дает неполные ответы на дополнительные и наводящие вопросы.

Таблица 11

6.2.2.2. Описание шкалы оценивания

Практическое (практико-ориентированное) задание

Оценка по номинальной шкале	Характеристики ответа обучающегося
Отлично	Обучающийся самостоятельно и правильно решил учебно-профессиональную задачу, уверенно, логично, последовательно и аргументированно излагал свое решение, используя профессиональную терминологию.
Хорошо	Обучающийся самостоятельно и в основном правильно решил учебно-профессиональную задачу, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагал свое решение, используя профессиональную терминологию.
Удовлетворительно	Обучающийся в основном решил учебно-профессиональную задачу, допустил несущественные ошибки, слабо аргументировал свое решение, путаясь в профессиональных понятиях.
Неудовлетворительно	Обучающийся не решил учебно-профессиональную задачу.

6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

6.3.1. Материалы для подготовки к зачету

Таблица 12

Материалы, необходимые для оценки знаний (примерные теоретические вопросы) к зачету

№ п/п	Примерные формулировки вопросов	Код компетенций
1.	Значение упражнений осанки для формирования устойчивости	УК-7
2.	Чем обусловлена необходимость развития выворотности ног	УК-7
3.	Значение гибкости в суставах для занятий	УК-7

4.	Цель упражнений для развития прыжка	УК-7
5.	Особенности упражнений для коррекции осанки	УК-7
6.	Роль упражнений на растяжение для развития шага	УК-7
7.	Особенности упражнений для Х-образного и О-образного строения ног	УК-7
8.	Упражнения для исправления плоскостопия (продольного и поперечного)	УК-7
9	Физические данные для обучения танцу на пальцах	УК-7
10	Понятия устойчивость, апломб, координация	УК-7
11	Значение плие, как основы всех прыжков классического танца	УК-7
12	Allegro – основные виды прыжков	УК-7
13	Роль функционального тренинга в гармоническом развитии биомеханической системе человека.	УК-7
14	Профилактика травматизма на занятиях тренажем. Противопоказанные к применению упражнения.	УК-7
15	Средства физической культуры в профессиональной подготовке студента.	УК-7
16	Специализированные упражнения для мышц брюшного пресса, мышц спины	УК-7

Таблица 13

Материалы, необходимые для оценки умений и владений (примерные практико-ориентированные задания)

№ п/п	Темы примерных практико-ориентированных заданий	Код компетенций
1	Экзерсис у палки. Перечень содержания	УК-7
2	Экзерсис на середине, его последовательность	УК-7
3	Комплекс движений для развития гибкости	УК-7
4	Формы port de bras № 1, 2, 3, 4. Особенности каждой формы, значение для развития координации	УК-7
5	Значение demi-plie в исполнительской технике	УК-7
6	Pas de bourree. Перечень видов	УК-7
7	Temps lie в развитие координации	УК-7
8	Понятие en dehors и en dedans	УК-7
9	Прыжки основа выносливости. Перечень видов	УК-7
10	Тренаж пальцевой техники. Перечень содержания	УК-7

6.3.2. Темы и методические указания по подготовке рефератов, эссе и творческих заданий по дисциплине

Написание рефератов (эссе, творческих заданий) не предусмотрено.

6.3.3. Методические указания по выполнению курсовой работы

Курсовая работа по дисциплине учебным планом не предусмотрена.

6.3.4. Типовые задания для проведения текущего контроля

формирования компетенций

6.3.4.1. Планы семинарских занятий

Семинарские занятия по дисциплине учебным планом не предусмотрены.

6.3.4.2. Задания для практических занятий

Практическая работа № 1.
Тема «Функциональный тренинг»
Экзерсис у станка

Цель работы – определить целесообразность последовательности упражнений экзерсиса у станка; добиться этнических характеристик в исполнении основных элементов в соответствие с программными требованиями.

Основные задачи практических занятий на 1 курсе: знакомство с предметом «Физическая культура и спорт»; освоение терминологии; постановка ног, рук, головы и корпуса при изучении движений у станка; освоение методики изучения основных движений в простейшей форме у станка; освоение методики изучения движений на развитие координации и музыкальности.

Задание и методика выполнения: отработать экзерсис у станка на основе методической раскладки упражнений и добиться выразительности в этнической рельефности; разучить основные и развить технику и культуру танца. Используется метод практического показа, словесный метод, наглядно-иллюстративный, метод проблемной задачи.

Практическая работа № 2.
Тема «Развитие силовых возможностей. Экзерсис на середине

Цель работы – изучить принципы развития учебного и танцевального материала на середине зала в соответствие с программными требованиями.

Основные задачи практических занятий: дальнейшее изучение движений на середине зала; изучение более сложных учебно-танцевальных движений различного характера, музыкальности, координации; воспитание в экзерсисе на середине зала, амплитудности и законченности движения, развитие выносливости при исполнении движений в быстром темпе, совершенствование техники вращений.

Задание и методика выполнения: танцевальный экзерсис на середине зала в соответствие с программными требованиями. Проведение различных занятий для мужского и женского класса. В классе девушек вырабатываются наиболее характерные черты, присущие их танцу: пластичность, женственность, красота движений различного характера; воспитывается выразительность движений корпуса, рук, головы. В классе юношей вырабатываются характерные черты, присущие их танцу: широта движений, мужественность, энергичность, выносливость.

Практическая работа № 3.
Тема «Развитие координации движений»

Цель работы – развитие способности точно соизмерять и регулировать пространственные, временные и динамические параметры движений.

Задание и методика выполнения:

1.Выполнение упражнений на развитие координации движений (ассиметричные

движения рук и ног, чередование движений рук и ног и совместная их работа).

2.Выполнение упражнений с акцентом на точность их выполнения по параметрам времени, усилий, темпа, пространства.

3. Выполнение комплекса базовых классического танца под музыку.

Начинать всегда следует с простых движений, потом, по мере освоения постепенно усложнять. При выполнении базовых силовых упражнений требования к технике те же, что и в функциональном тренинге.

В конце урока обязательно выполнить упражнения на растягивание.

Практическая работа № 4.
Тема «Развитие гибкости»

Цель работы – повышение эластичности мышц; улучшение координационных движений.

Задание и методика выполнения:

1. Выполнение упражнений с большой амплитудой во всех суставах и во всех направлениях.

2. Выполнение комплекса упражнений на растягивание (стретчинг).

Наиболее эффективно выполнять упражнения на растягивание от 30 до 60 сек. Первые положительные изменения в длине мышц наблюдаются после пятой секунды растягивания.

При выполнении упражнений на растягивание не следует допускать острых болевых ощущений. Растяжка должна приносить расслабление.

При правильном дыхании эффективность упражнений увеличивается в несколько раз, поэтому растяжение мышц нужно делать на выдохе – он способствует снижению мышечного сопротивления, усиливает расслабление нервной системы и мышц.

Практическая работа № 5.
Тема «Профилактика нарушений осанки»

Цель работы – укрепление мышц спины и брюшного пресса.

Задание и методика выполнения:

1. Выполнение упражнений для мышц спины и брюшного пресса по программе классического танца

2. Выполнение упражнений на растягивание.

Осанка – важный показатель, характеризующий физическое развитие человека. Эта физическая характеристика, которая рассматривается как прямое отражение здоровья и физического развития, поэтому очень важно уделять больше внимания укреплению как мышц спины, так и мышц брюшного пресса.

Практическая работа № 6.
Тема «Развитие общей выносливости с использованием средств классического танца»

Цель работы – развитие кардио-респераторной системы, снижение жировой прослойки, снятие эмоционального напряжения.

Задание и методика выполнения:

1. Выполнение комплекса упражнений классического танца у станка с использованием крупных групп мышц, в течение продолжительного времени (от 20 до 60 минут).

2. Выполнение комплекса упражнений классического танца на середине в течение продолжительного промежутка времени (от 20 до 60 мин.)

Комплексы для развития выносливости выполняются только поточным методом без пауз. Сначала разучиваются программные движения ног, затем движения рук и только потом можно менять направления движений.

В конце урока обязательно выполнить упражнения на растягивание.

Практическая работа № 7.
Тема «Формирование двигательных умений и навыков.
Средства и методы мышечной релаксации»

Цель работы – умение активно двигаться и релаксировать.

Задание и методика выполнения:

1. Разбор двигательных умений и навыков.
2. Изучение средства и методы мышечной релаксации.

6.3.4.3. Темы и задания для мелкогрупповых/индивидуальных занятий

Мелкогрупповые/индивидуальные занятия по дисциплине учебным планом не предусмотрены.

6.3.4.4. Типовые темы и задания контрольных работ (контрольного урока)

Контрольная работа в учебном процессе не используется.

6.3.4.5. Тестовые задания

Тестовые задания в учебном процессе не используется.

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и владений, характеризующих этапы формирования компетенций

1. Нормативно-методическое обеспечение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся осуществляется в соответствии с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (утв. приказом Министерства образования и науки РФ № 301от 05.04.2017) и локальными актами (положениями) образовательной организации «Об организации учебной работы» (утв. 25.09.2017), «О порядке проведения текущего контроля успеваемости обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета и магистратуры» (утв. 25.09.2017), «О порядке проведения промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования – программам бакалавриата, специалитета и магистратуры» (утв. 24.09.2018).

Конкретные формы и процедуры текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине отражены в 4 разделе «Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий».

Анализ и мониторинг промежуточной аттестации отражен в сборнике статистических материалов: «Итоги зимней (летней) зачетно-экзаменационной сессии».

2. Для подготовки к промежуточной аттестации рекомендуется пользоваться фондом оценочных средств:

– перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе

освоения образовательной программы (см. п. 6.1);

– описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания (см. п. 6.2);

– типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, владений, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы (см. п. 6.3).

3. Требования к прохождению промежуточной аттестации зачет. Обучающийся должен:

–своевременно и качественно выполнять практические работы;

–своевременно выполнять самостоятельные задания;

–

4. Во время промежуточной аттестации используются:

– бланки билетов (установленного образца);

– список теоретических вопросов и база практических заданий, выносимых на зачет

– описание шкал оценивания;

– справочные, методические и иные материалы.

1. Для осуществления процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья фонды оценочных средств адаптированы за счет использования специализированного оборудования для инклюзивного обучения. Форма проведения текущей и итоговой аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т. п.). При необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на зачете .

7. Перечень печатных и электронных образовательных и информационных ресурсов необходимых для освоения дисциплины

7.1. Печатные и (или) электронные образовательные ресурсы[1]

1. Замогильнов, А.И. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс] / А.И. Замогильнов .— Шуя : Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2017 .— 289 с. — ISBN 978-5-86229-407-1 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/581013

2. Кравчук, В. И. Физическая культура: учеб. пособие по дисциплине «Физическая культура» для студентов вузов культуры / В. И. Кравчук: Челяб. гос. институт культуры. – Челябинск : ЧГИК, 2019. – 223 с Текст: электронный // Руконт :электронно-библиотечная система. — URL:https://lib.rucont.ru/efd/199888 (дата обращения: 22.01.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца [Электронный ресурс] / А.Я. Ваганова. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2007. — 192 с. — Режим доступа: https://e.lanbook.com/book/1937. — Загл. с экрана.

4. Нарская, Т.Б. Классический танец [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Нарская, Т. Б. , Челяб. гос. акад. культуры и искусств, Т.Б. Нарская .— Челябинск : ЧГАКИ, 2007 .— 163 с. — ISBN 5-94839-083-7 .— Режим доступа:

[1] Обеспечение обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья печатными и электронными образовательными ресурсами осуществляется в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

https://lib.rucont.ru/efd/192280
5. Ивлева, Л.Д. Анатомо-физиологические основы обучения хореографии [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Л. Д. Ивлева, А. В. Куклин, Челяб. гос. акад. культуры и искусств, Л.Д. Ивлева .— Челябинск : ЧГАКИ, 2006 .— 80 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/192274
6. Сараметова, И.Д. Уроки классического танца на начальных этапах обучения (1–3 год) [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / Сараметова Ирмира Джемильевна, И.Д. Сараметова .— Челябинск : ЧГАКИ, 2014 .— 156 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/284011

7.2. Информационные ресурсы

7.2.1. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Базы данных:

Выбрать из списка или добавить

Библиотека диссертаций и рефератов России .– Режим доступа: http://www.dslib.net

Единое окно доступа к информационным ресурсам.– Режим доступа: http://window.edu.ru

Единый портал интернет-тестирования в сфере образования. – Режим доступа: www.i-exam.ru

«Киберленинка» Научная электронная библиотека.– Режим доступа: https://cyberleninka.ru

Научная электронная библиотека E-library .– Режим доступа: https://elibrary.ru/defaultx.asp

Национальная электронная библиотека – Режим доступа:http://xn--90ax2c.xn--p1ai/

Национальный открытый университет.– Режим доступа :http://www.intuit.ru/

Образовательный ресурс по Adobe Photoshop.– Режим доступа: http://photoshoplessons.ru/

Росинформкультура: рос.система науч.-информ. Обеспечения культур. Деятельности: офиц. сайт. – Режим доступа: http://infoculture.rsl.ru/RSKD/main.htm

Российская книжная палата.– Режим доступа: http://www.bookchamber.ru/

ФГУП НТЦ «Информрегистр» .– Режим доступа: http://inforeg.ru/about/itemlist/category/49-obshhie-svedeniya

ЭБС «Лань» – Режим доступа:http://e.lanbook.com

ЭБС «Руконт» –- Режим доступа: http://rucont.ru

Электронная библиотека диссертаций РГБ – Режим доступа:http://www.dslib.net;

Polpred.com. Обзор СМИ. Россия и зарубежье – Режим доступа: http://polpred.com/news

Web of Sciense – Режим доступа: https://webofscience.com.

Информационные справочные системы:

Гарант,

Консультатнт+

Использование информационных систем по дисциплине не предусмотрено

7.2.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

http://www.intuit.ru/ – Национальный открытый университет

8. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Комплексное изучение обучающимися дисциплины предполагает: изучение учебной и дополнительной литературой, указанной в рабочей программе дисциплины; творческую работу обучающихся в ходе проведения практических, занятий, а также систематическое выполнение заданий для самостоятельной работы обучающихся.

Основной целью практических является отработка профессиональных умений и владений навыками. В зависимости от содержания практического занятия могут быть использованы методики интерактивных форм обучения. Основное отличие активных и интерактивных упражнений и заданий в том, что они направлены не только и не столько на закрепление уже изученного материала, сколько на изучение нового.

Выбор методов обучения для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья определяется с учетом особенностей восприятия ими учебной информации, содержания обучения, методического и материально-технического обеспечения. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими обучающимися, создания комфортного психологического климата в студенческой группе.

Таблица 14

Оценочные средства по дисциплине с учетом вида контроля

Наименование оценочного средства	Краткая характеристика оценочного средства	Виды контроля
Аттестация в рамках текущего контроля	Средство обеспечения обратной связи в учебном процессе, форма оценки качества освоения образовательных программ, выполнения учебного плана и графика учебного процесса в период обучения студентов.	Текущий (аттестация)
Зачет	Формы отчетности обучающегося, определяемые учебным планом. Зачеты служат формой проверки качества выполнения обучающимися учебных работ, усвоения учебного материала практических занятий.	Промежуточный
Практическая работа	Оценочное средство для закрепления теоретических знаний и отработки владения навыками и умений, способности применять знания при решении конкретных задач.	Текущий (в рамках практического занятия, сам. работы)

9. Описание материально-технического обеспечения, необходимого для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Учебные аудитории для проведения учебных занятий по дисциплине оснащены оборудованием (учебная мебель, зеркальные панели, тематические стенды) и техническими средствами обучения (мультимедийное оборудование, проводной

интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду института.

– лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение: Microsoft Windows, Microsoft Office 2007, Google Chrome, Internet Explorer Kasperskyendpointsecurity 10 , OneNote 2007, Skype. Русский музей: виртуальный филиал, Конструктор мультимедийных презентаций (на основе коллекций Русского музея), ZoomTextFusion 11 Pro

Лист изменений в рабочую программу дисциплины

В рабочую программу дисциплины внесены следующие изменения и дополнения:

Учебный год	Реквизиты протокола Ученого совета	Номер раздела, подраздела	Содержание изменений и дополнений
2020/21	Протокол № 8 от 18.05.2020		Внесены изменения.
2021/22	Протокол № 8 от 31.05.2021		Внесены изменения.
2022/23	Протокол № 8 от 30.06.2022		Внесены изменения.
2023/24	Протокол № 8 от 29.05.2023		Внесены изменения.
2024/25	Протокол № дд.мм.гггг		

Учебное издание

Сергей Владимирович Тараторин

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Рабочая программа дисциплины

Программа бакалавриата
«Руководство хореографическим коллективом, танцевально-спортивным клубом. Преподавание хореографических дисциплин»
по направлению подготовки
51.03.02 Народная художественная культура
Квалификация: бакалавр

Печатается в авторской редакции

Подписано к печати
Формат 60x84/16 *Объем п. л.*
Заказ *Тираж 100 экз.*

Челябинский государственный институт культуры
454091, Челябинск, ул. Орджоникидзе, 36а

Отпечатано в типографии ЧГИК. Ризограф