

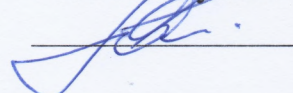
**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ТРЕНЕРСЬКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФІЇ І ТАНЦЮВАЛЬНИХ ВИДІВ СПОРТУ**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
(протокол № 1 від 30. 08. 2023 р.)

Голова Науково-методичної ради

 Ю. В. Литвиненко

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ПРАКТИКУМ З ПАРТЕРНОГО ТРЕНАЖУ КЛАСИЧНИЙ
ТАНЕЦЬ**

рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

спеціальність: 024 Хореографія

спеціалізація/освітньо-професійна програма: Хореографія

код дисципліни в каталозі

вибіркових навчальних дисциплін: ВД.Х30

мова навчання: українська

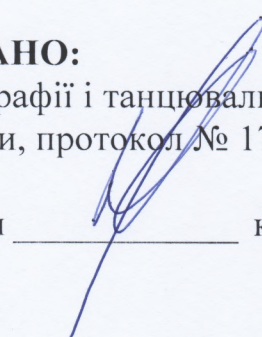
Київ – 2023

Розробники:

Шумілова Вікторія Віталіївна, заслужена артистка України, доцент кафедри хореографії і танцювальних видів спорту, vshumilova@uni-sport.edu.ua

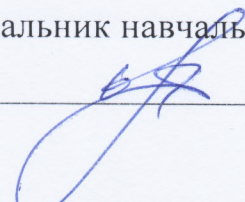
РЕКОМЕНДОВАНО:

Кафедрою хореографії і танцювальних видів спорту (засідання кафедри, протокол № 17 від 22. 08. 2023 р.)

Завідувач кафедри  канд. фіз. вих. і спорту, Соронович І. М.

ПОГОДЖЕНО:

Начальник навчально-методичного відділу

 О. М. Д'яченко

Начальник відділу забезпечення якості вищої освіти

 О. І. Рудешко

Анотація навчальної дисципліни. Дисципліна спрямована на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності інноваційних засад на досягнення передбачених результатів навчання.

Навчальний курс «Практикум з партерного тренажу (класичний танець)» доповнює професійний цикл основних хореографічних дисциплін і є необхідною допоміжною складовою загального процесу підготовки фахівців у сфері хореографічної діяльності за першим (бакалаврським) рівнем відповідно до державних стандартів.

В процесі вивчення дисципліни увага акцентується на оволодінні основних методик, запозичених з різних систем: фізичного виховання, розвитку фізичних даних артистів балету, методів фізичної терапії – гімнастики йоги, гімнастики Джозефа Пілатеса. Теоретичні та методико-практичні засади основ партерного тренажу дають змогу майбутнім фахівцям хореографічного мистецтва набути необхідні знання та сформувати професійні вміння та навички як для виконавської, так і для педагогічної діяльності.

Відповідно до навчального плану дисципліна є вибірковою. Обсяг дисципліни – 3 кредити ЄКТС. Основні теми: Початкове вивчення основ партерного екзерсису; стретчинг як ефективний метод покращення фізичних якостей тощо. Підсумкова оцінка формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

Abstract of the discipline.

Discipline is aimed at the formation of general and defined by the educational and professional program professional competences, in particular the ability to apply professional activities of innovative foundations for achieving the intended learning outcomes.

Training course "Practicum on parterre training (classical dance)" complements the professional cycle of basic choreographies discipline and is a necessary auxiliary component of the overall process training of specialists in the field of choreographic activity according to the first (bachelor's) level in accordance with state standards.

In the process of studying the discipline, the focus is on mastery basic methods borrowed from different systems: physical education, development of physical data of ballet dancers, methods physical therapy – yoga gymnastics, Joseph Pilates gymnastics.

Theoretical and methodological and practical principles of the basics of parterre training enable future choreographic art specialists to acquire necessary knowledge and to form professional skills and abilities as for executive and for pedagogical activities.

According to the curriculum, the discipline is optional. Amount disciplines – 3 ECTS credits. Main topics: Initial study of the basics of floor exercise; stretching as an effective method of improving physical qualities, etc.

The final assessment is formed from considering the results of the current control and settlement.

Мета навчальної дисципліни – формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності набутих теоретичних і практичних знань з питань опанування партерного тренажу (класичний танець), творчої реалізації виконавських та педагогічних умінь та навичок у сфері хореографічного мистецтва. Метою вивчення курсу є комплексний розвиток функціональних даних для успішного оволодіння різними танцювальними техніками; засвоєння правильної моделі дихання; покращення фізичної організації тіла; розвиток м'язової сили та координації рухів; підготовка опорно-рухового апарату до навчального та репетиційного процесу; удосконалення техніки танцю, підвищення рівня виконавської майстерності, вивчення основ техніки безпеки руху та зниження ризику травматизму.

Перелік компетентностей, які формуються під час вивчення навчальної дисципліни «Практикум з партерного тренажу класичний танець» відповідно до освітньо-професійної програми «Хореографія» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 024 «Хореографія»

Шифр	Компетентності
Інтегральні компетентності	
ІК1	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в хореографії, в мистецькій освіті, виконавській діяльності, що передбачає застосування певних теорій та методів і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
Загальні компетентності	
ЗК2	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
ЗК3	Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.
ЗК5	Навички здійснення безпечної діяльності.
Фахові компетентності спеціальності	
ФК1	Усвідомлення ролі культури і мистецтва в розвитку суспільних взаємовідносин.

ФК2	Здатність аналізувати основні етапи, виявляти закономірності історичного розвитку мистецтв, стильові особливості, види і жанри, основні принципи координації історико-стильових періодів світової художньої культури.
ФК3	Здатність застосовувати теорію та сучасні практики хореографічного мистецтва, усвідомлення його як специфічного творчого відображення дійсності, проектування художньої реальності в хореографічних образах.
ФК4	Здатність оперувати професійною термінологією в сфері фахової хореографічної діяльності (виконавської, викладацької, балетмейстерської та організаційної).
ФК5	Здатність використовувати широкий спектр міждисциплінарних зв'язків для забезпечення освітнього процесу в початкових, профільних, фахових закладах освіти.
ФК6	Здатність використовувати і розробляти сучасні інноваційні та освітні технології в галузі культури і мистецтва.
ФК7	Здатність використовувати інтелектуальний потенціал, професійні знання, креативний підхід до розв'язання завдань та вирішення проблем в сфері професійної діяльності.
ФК8	Здатність сприймати новітні концепції, усвідомлювати багатоманітність сучасних танцювальних практик, необхідність їх осмислення та інтегрування в актуальний контекст з врахуванням вітчизняної та світової культурної спадщини.
ФК9	Здатність збирати, обробляти, аналізувати, синтезувати та інтерпретувати художню інформацію з метою створення хореографічної композиції.
ФК10	Здатність застосовувати традиційні і альтернативні інноваційні технології (відео-, TV-, цифрове, медіа-мистецтва та ін.) в процесі створення мистецького проекту, його реалізації і презентації.
ФК11	Здатність здійснювати репетиційну діяльність, ставити та вирішувати професійні завдання, творчо співпрацювати з учасниками творчого процесу.
ФК12	Здатність використовувати принципи, методи та засоби педагогіки, сучасні методики організації та реалізації освітнього процесу, аналізувати його перебіг та результати в початкових, профільних, фахових закладах освіти.

ФК14	Здатність забезпечувати високий рівень володіння танцювальними техніками, виконавськими прийомами, застосовувати їх як виражальний засіб.
ФК15	Здатність застосовувати набуті виконавські навички в концертно-сценічній діяльності, підпорядковуючи їх завданням хореографічного проєкту.
ФК16	Здатність дотримуватись толерантності у міжособистісних стосунках, етичних і добродійних взаємовідносин в сфері виробничої діяльності.
ФК18	Здатність застосовувати знання теорії, методики та сучасні практики хореографічного мистецтва для викладацької та балетмейстерської діяльності (збирати, обробляти, аналізувати, синтезувати та інтерпретувати художню інформацію з метою створення композиції для різних видів спорту з елементами хореографії) в закладах фізичного виховання і спорту.
ФК19	Здатність усвідомлювати роль музики в хореографічному мистецтві, володіти музично-теоретичними поняттями, аналізувати основні етапи, виявляти закономірності історичного розвитку музичного мистецтва, його стильові особливості, жанри та форми музичних творів і застосовувати ці знання у виконавській, педагогічній та балетмейстерській діяльності в різних напрямках хореографії.

Обсяг навчальної дисципліни – 3 кредити ЄКТС, які розподіляються у годинах:

Форми навчання	Види навчальних занять				Самостійна робота	Разом
	Лекції	лабораторні	практичні	семінарські		
Денна	0	0	42	0	48	90
Заочна	0	0	12	0	78	90

Статус навчальної дисципліни: вибіркова.

Передумови для вивчення навчальної дисципліни: успішне опанування такими навчальними дисциплінами:

на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти: «Анатомія людини», «Фізіологія людини», «Теорія та методика викладання класичного танцю», «Теорія та методика викладання народно-сценічного танцю», «Теорія та методика викладання сучасного танцю».

Програма навчальної дисципліни.

Тематичний план навчальної дисципліни

Номер і назва теми	Кількість годин							
	денна форма навчання				заочна форма навчання			
	усього	у тому числі			усього			
		л.	пра к.	с. р.		го	л.	пра к.
Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.	4		2	2	6			6
Тема 2. Історичні передумови, витоки партерного тренажу. Початкове вивчення основ партерного екзерсису.	12		4	8	8		2	6
Тема 3. Партерний екзерсис як комплекс вправ.	14		8	6	12		2	10
Тема 4. Методика викладання партерного тренажу на основі рухів класичного танцю.	8		4	6	14		2	10
Тема 5. Методика побудови вправ і комбінацій партерного тренажу: основні вимоги, принципи. Особливості підбору музичного супроводу.	8		2	4	12		2	10
Тема 6. Методика виконання комбінаційних вправ партерного екзерсису.	14		8	6	12		2	10
Тема 7. Стретчинг як ефективний метод покращення фізичних якостей.	6		2	4	6			6
Тема 8. Методика виконання комплексу вправ з предметами.	14		8	6	10		2	10
Тема 9. Практикум складання власного комплексу вправ різного	10		4	6	10			10

спрямування. музичної основи.	Підбір								
Разом з дисципліни	90		42	48	90		12	78	

Зміст навчальної дисципліни за темами

Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.

Мета та завдання курсу. Ознайомлення здобувачів вищої освіти з програмою курсу «Практикум з партерного тренажу (класичний танець)» та критеріями оцінювання. Місце дисципліни серед інших спеціальних курсів та її роль у гармонійному розвитку танцівника, балетмейстера та викладача хореографії.

Структура та зміст занять партерного тренажу. Основні вимоги до проведення занять. Основні комплекси вправ, направлені на розвиток фізичних якостей, професійних можливостей у майбутній професії.

Тема 2. Історичні передумови, витоки партерного тренажу. Початкове вивчення основ партерного екзерсису.

Історичні передумови створення дисципліни партерного тренажу. Сутність основних методик, запозичених з різних систем фізичного виховання. Основні методики партерної гімнастики – система рухів barre par terre, методи фізичної терапії – гімнастики йоги, гімнастики Джозефа Пілатеса. Формування базових вмій і навичок з методики виконання рухів партерного екзерсису. Анатомія дихання. Закладання основ техніки правильного дихання, що сприяє збільшенню ефективності занять, концентрації уваги на роботу м'язів. Підвищення витривалості як засіб покращення якості рухів, усунення закріпачення м'язів.

Тема 3. Партерний екзерсис як комплекс вправ. Постановка тулуба як головний аспект постави. Роль м'язів тулуба у покращенні техніки танцю. Основи техніки виконання рухів партерного класу. Оволодіння елементарними навичками координації. Основні групи вправ, направлені на розвиток фізичних даних, зокрема вправи для укріплення кістково-м'язової структури стопи, гнучкості, пластичності, виворотності, мобільності суглобів, витривалості, координації. Вивчення основних принципів руху.

Тема 4. Методика викладання партерного екзерсису на основі рухів класичного танцю.

Зв'язок партерного тренажу з хореографічними дисциплінами, зокрема з класичним танцем. Фахова термінологія класичного танцю. Джерела навчання: література, музика, балет, гімнастика, йога. Основні принципи, прийоми та методи викладання партерного класу.

Засвоєння основних рухів партерного тренажу (класичний танець). Основні рухи, їх елементи:

Plié (demi plié, grand plié);
Battement tendu;
Battement tendu jete;
Rond de jambe par terre;
Rond de jambe en l'air;
Demi rond de jambe на 45 ,90 градусів;
Battement releve lent на 45, 90 градусів;
Battement retire;
Battement developpe на 90 градусів;
Grand battement jete;
Повороти fouetté з ногою піднятою попереду або позаду на 45, 90 градусів;
Port de bras з нахилом тулуба вперед, вбік, назад.

Тема 5. Методика побудови заняття партерного тренажу. Особливості підбору музичного супроводу.

Специфіка побудови уроку партерного тренажу. Складові частини заняття. Базові вправи, логіка побудови вправ і комбінацій у взаємодії з музичним матеріалом. Специфіка підбору музичного супроводу до занять партерного тренажу (класичний танець). Аналіз структури навчального приклада. Виявлення та корегування помилок.

1. Поняття «рівень». Види рівнів розташування тіла відносно підлоги.
2. Положення тулуба, голови, плечей, рук, ніг.
3. Позиції рук.
4. Позиції ніг.
5. Схема визначення напрямку рухів.

Тема 6. Методика виконання комбінаційних вправ партерного екзерсису.

Характеристика рухів, класифікація за групами. Основні групи вправ. Група вправ на розвиток суглобів і м'язів стопи, гомілки та рухливості тазостегнового суглоба. Вправи на розвиток еластичності Ахіллового сухожилку та рухливості гомілковостопного суглоба. Комплекс вправ на розвиток рухливості тазостегнового суглоба. Вправи на розвиток виворотності ніг та еластичності м'язів спини і стегон (гімнастика йога). Вправи на розвиток танцювального кроку, сили м'язів стегна.

Ускладнення хореографічного матеріалу. Засвоєння координаційних прийомів виконання рухів з використанням технічно ускладнених елементів. Поєднання основних рухів з port de bras. Удосконалення опанованих рухів і вправ зі збільшенням силового навантаження. Розвиток витривалості. Зміна музичного темпу. Вивчення з'єднувальних рухів. Включення поворотів у комбінації.

Тема 7. Стретчинг як ефективний метод покращення фізичних якостей.

Особливості застосування базової основи стретчингу у підготовці фахівців у сфері хореографічної діяльності. Статична, динамічна розтяжки. Розвиток техніки рухів партерного екзерсису для удосконалення, детального опрацювання м'язів рук, ніг, м'язів спини та пресу, що включає силові і розвантажувальні елементи, рухи.

Тема 8. Методика виконання комплексу вправ з предметами.

Особливості виконання рухів партерного екзерсису та їх елементів з використанням додаткового обладнання та спеціальних додаткових засобів. Урізноманітнення координаційних прийомів партерного класу. Використання спеціального обладнання та інвентарю: валики, м'ячі, еластична стрічка, гімнастичний м'яч, диск, що обертається, йога – блоки та ін. Пліометричні вправи (спрямовані на технічний розвиток рухів розділу *allegro*). Пропріоцепція – положення власного тіла у просторі. Розвиток балансу, рівноваги.

Тема 9. Практикум складання власного комплексу вправ партерного тренажу різного спрямування. Підбір музичної основи.

Розробка комплексу вправ партерного тренажу відповідно до завдань навчального процесу. Методика побудови власних навчальних комбінацій. Засвоєння основних принципів побудови. Визначення мети і завдання форми навчальної комбінації у структурі навчальних занять. Оволодіння логікою комбінування рухів партерного екзерсису, навичками побудови навчальних комбінацій. Консультативна робота з концертмейстером по підборі музичного матеріалу для створення вправ у відповідності до ритму, характеру, темпу.

Тематика практичних занять

Номер і назва теми дисципліни	Номер і назва теми практичних занять	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.	1.Предмет, мета, завдання партерного класу та його різновиди.	2	
Тема 2. Історичні передумови, витоки партерного тренажу.	2. Підготовчі вправи до роботи в партері (рухи гімнастики йога та Пілатеса).	2	2

Початкове вивчення основ партерного екзерсису.	3. Засвоєння основ техніки правильного дихання.	2	
Тема 3. Партерний екзерсис як комплекс вправ.	4. Вправи для формування професійної постанти та вироблення стійкості. 5. Вправи, направлені на укріплення кістково-м'язової структури стопи. 6. Вправи для розвитку та покращення рухливості суглобів. 7. Вправи для покращення гнучкості та еластичності.	2 2 2 2	2
Тема 4. Методика викладання партерного тренажу на основі рухів класичного танцю.	8. Основні принципи, прийоми та методи викладання партерного тренажу. 9. Засвоєння основних вправ партерного екзерсису (класичний танець). Основні рухи та їх елементи: - plié (demi plié, grand plié); - battement tendu; - battement tendu jete; - demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans на 45, 90 градусів, - rond de jambe par terre; - battement releve lent на 45, 90 градусів; - battement retire; - battement developpe на 90 градусів; - grand battement jete; - grand battement jete (розніжка); - повороти fouetté з ногою піднятою попереду або позаду на 45, 90 градусів; - port de bras з нахилом тулуба вперед, назад.	2 2	2

Тема 5. Методика побудови заняття партерного тренажу. Особливості підбору музичного супроводу.	10. Засвоєння технології побудови вправ і комбінацій у взаємодії з музичним матеріалом.	2	2
Тема 6. Методика виконання комбінаційних вправ партерного екзерсису.	Засвоєння основних вправ на різних рівнях. 11. Виконання вправ в положенні сидячи. 12. Комплекс вправ лежачи на спині. 13. Комплекс вправ лежачи на животі. 14. Виконання вправ, лежачи на боку. 15. Виконання вправ зі зміною положення. 16. Засвоєння вправ, спрямованих на розвиток координації.	1 2 2 1 1 1	2
Тема 7. Стретчинг як ефективний метод покращення фізичних даних.	17. Засвоєння вправ статичної та динамічної розтяжки.	2	
Тема 8. Методика виконання комплексу вправ з предметами.	18. Засвоєння методики виконання вправ партерного класу з використанням спеціального обладнання та інвентарю в положенні сидячи, лежачи, стоячи. Вправи з використанням: - еластичної гумової стрічки; - валиків; - йога-блоків; - гімнастичного м'яча.	2 2 2	2
	19. Засвоєння пліометричних вправ: - стрибки з положення присіду з паралельними стопами.	2	

	Вправи на розвиток балансу, рівноваги.		
Тема 9. Практикум складання власного комплексу вправ партерного тренажу різного спрямування. Підбір музичної основи.	20. Оволодіння логікою комбінування рухів партерного екзерсису, навичками побудови навчальних комбінацій. Розробка власних комбінацій. Підбір музичної основи.	2	
	21. Підготовка і презентація власного комплексу вправ (за вибором здобувача). Оволодіння механізмами практичного показу.	2	
Разом з дисципліни		42	10

Завдання для самостійної роботи студентів

Номер і назва теми дисципліни	Завдання	Кількість годин	
		Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.	Опрацювати літературні джерела, відеоматеріал. Підготувати презентацію: Роль і місце партерного тренажу у фаховій підготовці майбутніх фахівців хореографічного мистецтва.	2	6
Тема 2. Історичні передумови, витоки партерного тренажу. Початкове вивчення основ партерного екзерсису.	Опрацювати літературні джерела. Підготувати презентацію на одну з тем: 1. Історичні витоки партерного тренажу; 2. Принципи Джозефа Пілатеса та їх відображення у партерному тренажі; 3. Інноваційні тенденції у викладанні та практиці партерної гімнастики Д. Пілатеса.	4	6

	Засвоїти орієнтовну послідовність рухів партерного класу, базові елементи.		
Тема 3. Партерний екзерсис як комплекс вправ. Послідовність та зміст виконання вправ.	Оволодіти основами техніки виконання рухів партерного класу, елементарними навичками координації.	6	10
Тема 4. Методика викладання партерного тренажу на основі рухів класичного танцю.	Вивчити та відпрацювати основні вправи партерного тренажу, побудованих на рухах класичного танцю. Вивчити термінологію класичного танцю.	6	10
Тема 5. Методика побудови заняття партерного тренажу. Особливості підбору музичного супроводу.	Засвоїти основні принципи, прийоми та методи побудови заняття. Підібрати музичний супровід до заняття партерного тренажу.	4	10
Тема 6. Методика виконання комбінаційних вправ партерного екзерсису.	Оволодіти методикою виконання основних вправ на різних рівнях. Удосконалити координаційні прийоми виконання рухів з використанням технічно ускладнених елементів.	6	10
Тема 7. Стретчинг як ефективний метод покращення фізичних даних.	Вивчити і відпрацювати комплекс вправ статичної та динамічної розтяжки.	4	6
Тема 8. Методика виконання комплексу вправ з предметами.	Засвоїти методику виконання вправ з використанням додаткового обладнання та інвентарю. Оволодіти прийомами виконання пліометричних вправ.	6	10

Тема 9. Практикум складання власного комплексу вправ партерного тренажу різного спрямування. Підбір музичної основи.	Підібрати музичне оформлення до самостійно створених комбінацій. Підпорядкувати рухи музичній фразі.	4	5
	Підготувати практичний показ власного комплексу вправ і презентувати його.	6	5
Разом з дисципліни		48	80

Очікувані результати навчання з дисципліни: формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, спрямованих на виконавську та педагогічну діяльність у сфері хореографічного мистецтва, зокрема партерного тренажу (класичний танець) завдяки:

знанням: історії становлення і розвитку партерного тренажу (класичний танець); термінології партерного тренажу, техніки виконання партерного екзерсису, особливостей методики виконання та застосування цих знань у професійній діяльності; принципів та правил складання навчальних комбінацій партерного екзерсису на основі лексики класичного танцю; правил підбору музичного супроводу до занять партерного класу; теорії та методики викладання партерного тренажу;

вмінням: застосовувати термінологію у професійній діяльності; використовувати виконавські та педагогічні навички під час занять та у ході викладання партерного тренажу в професійній діяльності; правильно відтворювати техніку, методику виконання рухів, елементів, вправ партерного екзерсису; правильно та логічно комбінувати рухи, та їх елементи і створювати на їх основі навчальні комбінації; самостійно працювати над підбором музичного супроводу до заняття; набуті знання, уміння та навички використовувати у подальшій професійній (виконавській та педагогічній) діяльності.

Перелік програмних результатів навчання, яких досягають під час вивчення навчальної дисципліни «Практикум з партерного тренажу класичний танець» відповідно до освітньо-професійної програми «Хореографія» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальність 024 «Хореографія»

Шифр	Програмні результати навчання
ПРН 3	Вільно спілкуватись державною мовою усно і письмово з професійних та ділових питань.
ПРН 4	Володіти іноземною мовою в обсязі, необхідному для спілкування в соціально-побутовій та професійній сферах.

ПРН 5	Аналізувати проблеми безпеки життєдіяльності людини у професійній сфері, мати навички їх попередження, вирішення та надання першої допомоги.
ПРН 7	Знати і розуміти історію мистецтв на рівні, необхідному для застосування виразально-зображальних засобів відповідно до стилю, виду, жанру хореографічного проекту.
ПРН 8	Розуміти хореографію як мистецький феномен, розрізняти основні тенденції її розвитку, класифікувати види, напрями, стилі хореографії.
ПРН 9.	Володіти термінологією хореографічного мистецтва, його понятійно-категоріальним апаратом.
ПРН 10.	Розуміти хореографію як засіб ствердження національної самосвідомості та ідентичності.
ПРН 11.	Використовувати інноваційні технології, оптимальні засоби, методики, спрямовані на удосконалення професійної діяльності, підвищення особистісного рівня володіння фахом.
ПРН 12.	Відшуковувати необхідну інформацію, критично аналізувати і творчо переосмислювати її та застосовувати в процесі виробничої діяльності.
ПРН 13.	Розуміти і вміти застосовувати на практиці сучасні стратегії збереження та примноження культурної спадщини у сфері хореографічного мистецтва.
ПРН 14.	Володіти принципами створення хореографічного твору, реалізуючи практичне втілення творчого задуму відповідно до особистісних якостей автора
ПРН 15.	Мати навички використання традиційних та інноваційних методик викладання фахових дисциплін.
ПРН 16.	Аналізувати і оцінювати результати педагогічної, асистентсько-балетмейстерської, виконавської, організаційної діяльності.
ПРН 17.	Мати навички викладання фахових дисциплін, створення необхідного методичного забезпечення і підтримки навчання здобувачів освіти.
ПРН 18.	Знаходити оптимальні підходи до формування і розвитку творчої особистості.
ПРН 19.	Знаходити оптимальні виконавські прийоми для втілення хореографічного образу
ПРН 20.	Вдосконалювати виконавські навички і прийоми в процесі підготовки та участі у фестивалях і конкурсах.
ПРН 23.	Мати навички викладацької, балетмейстерської та репетиційної діяльності у галузі хореографічного мистецтва в закладах фізичного виховання і спорту та

	володіти принципами створення композиції для певного виду спорту з елементами хореографії, реалізуючи практичне втілення творчого задуму виходячи з особливостей оцінювання певного виду спорту.
ПРН 24.	Знати і розуміти роль музики в хореографічному мистецтві, володіти музично-теоретичними поняттями, аналізувати основні етапи, виявляти закономірності історичного розвитку музичного мистецтва, його стилеві особливості, жанри та форми музичних творів і використовувати навички аналізу та підбору музичного матеріалу для здійснення виконавської, педагогічної та балетмейстерської діяльності в різних напрямках хореографії.

Порядок оцінювання результатів навчання з дисципліни

Підсумкова оцінка з навчальної дисципліни формується з урахуванням результатів поточного контролю та заліку.

Протягом семестру здобувач вищої освіти може отримати максимальну кількість балів – 100 як суму балів за результатами поточного контролю на практичних (семінарських, лабораторних) заняттях та під час консультацій науково-педагогічних працівників з тем, на які не передбачено аудиторних годин.

Лектор під час завершення лекції з теми дисципліни знайомить здобувачів вищої освіти з відповідними завданнями для самостійної роботи та темами практичних занять.

Перед початком практичного (семінарського, лабораторного) заняття науково-педагогічний працівник ознайомлює здобувачів вищої освіти із формами поточного контролю, які будуть застосовуватись, і кількістю балів, які вони можуть отримати. Під час завершення кожного заняття кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів.

Здобувач вищої освіти, який протягом семестру отримав менше 34 балів, до заліку/екзамену не допускається, і може в установленому порядку пройти повторне вивчення цієї дисципліни.

Заліки/екзамени проводяться у порядку, визначеному у Положенні про організацію освітнього процесу в університеті.

Використовується такий розподіл балів, які може отримати студент за тему:

Завдання для самостійної роботи студентів

Номер і назва теми дисципліни	Форми контролю	Кількість годин

Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.	1. Перевірка презентації. Експрес-опитування. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу.	4
Тема 2. Історичні передумови, витoki партерного тренажу. Початкове вивчення основ партерного екзерсису.	2. Перевірка презентації. Експрес-опитування. 3. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу.	4 5
Тема 3. Партерний екзерсис як комплекс вправ.	4. Експрес-опитування. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу. 5. Демонстрація вправ практичного заняття, пояснення методики. 6. Демонстрація вправ, пояснення методики. 7. Демонстрація вправ, пояснення методики.	5 5 5 5
Тема 4. Методика викладання партерного тренажу на основі рухів класичного танцю.	8. Перевірка знань з питань основних принципів, прийомів та методів, які використовуються при викладанні партерного класу. 9. Експрес-опитування. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу.	4 4
Тема 5. Методика побудови заняття партерного тренажу. Особливості підбору музичного супроводу.	10. Експрес-опитування. Перевірка підбраного здобувачами музичного супроводу до заняття партерного тренажу. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу.	4
Тема 6. Методика виконання комбінаційних вправ партерного екзерсису.	11. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу. Демонстрація та пояснення методики виконання вправ, структурних елементів комбінації. 12. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу. 13. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу. 14. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу. 15. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу.	5 5 5 5 5

	16. Перевірка вивченого на занятті практичного матеріалу.	5
Тема 7. Стретчинг як ефективний метод покращення фізичних даних.	17. Демонстрація та пояснення методики виконання вправ.	5
Тема 8. Методика виконання комплексу вправ з предметами.	18. Перевірка практичного виконання засвоєних рухів та структурних елементів вправ.	5
	19. Перевірка практичного виконання засвоєних вправ.	5
Тема 9. Практикум складання власного комплексу вправ партерного тренажу різного спрямування.	20. Експрес-опитування. Практичний показ.	5
	21. Демонстрація розробленого комплексу вправ, пояснення методики виконання.	5
Всього		100

**Основні і допоміжні джерела для вивчення курсу:
Основні інформаційні джерела**

1. Акімова С. В. Тренаж і партерний тренаж : метод. рек. для студ. вищ. навч. закл. (напрям підготовки «Хореографія»). Львів : ЛДУФК, 2015. 22 с.
2. Батаєва Н. П. Біомеханіка в хореографії : навч.-метод. посібник. Харків, 2015. 156 с.
3. Беляк Ю. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навч. посіб. / Грибовська І., Музика Ф., Іваночко В., Чеховська Л. Львів : ЛДУФК, 2018. 208 с.
4. Воловик Н. І. Сучасні програми оздоровчого фітнесу : навч. посіб. для студентів вищих пед. закладів. Київ : вид-во НПУ ім. М. А. Драгоманова, 2015. 48 с.
5. Захарчук Н. Словник основних термінів з методики вивчення класичного танцю. Луцьк : Вежа – Друк, 2018. 56 с.
6. Захарчук Н. Спецкурс «Партерний тренаж» : метод. реком. для студ. спеціальності «Хореографія». Луцьк : Вежа – Друк, 2017, 21 с.
7. Кашуба В. О., Попадюха Ю. А. Біомеханіка просторової організації тіла людини: сучасні методи та засоби діагностики і відновлення порушень : монографія. Київ : Центр навч. літ., 2018. 768 с.
8. Кравченко І. А. Основи музичного аналізу в роботі хореографа. Херсон : Вид-во ХДУ, 2009.
9. Нельсон А., Кокконен Ю. Анатомія вправ на розтяжку/ Stretching Anatomy, Arnold G.Nelson, Jouko Kokkonen – USA, 2018.

10. Методика роботи з хореографічним колективом. Основи курсу : навч.-метод. посібник / В. Волчукова [та ін.]. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2013. 47 с.
11. Пилипенко А. Конкретизація педагогічних принципів у фаховій підготовці майбутніх учителів хореографії. Актуальні питання мистецької освіти та виховання. 2013. № 1 (1). С. 63–73.
12. Ростовський О. Педагогіка музичного сприймання : навч.-метод. посіб. Київ : ІЗМН, 1997. 234 с.
13. Теорія і практика викладання фахових дисциплін: зб. наук.-метод. праць кафедри народної хореографії КНУКіМ. Київ: ТОВ. «Видавничий будинок «Аванпост-Прим», 2014. 216 с.
14. Термінологія класичного танцю : метод. реком. / укл. Т. М. Чурпіта. Київ : КНУКіМ, 2002. 18 с.
15. Тодорова В. Концепція хореографічної підготовки у спорті. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2017. № 2 (28). С. 43–50.
16. Тренаж: методичні рекомендації до практичних занять для здобувачів освітнього рівня «Бакалавр» спеціальності 024 «Хореографія» / розроб.: Л. Р. Петренко, Д. В. Карпенко. Київ : НАКККіМ, 2019. 24 с.
17. Фізичне виховання. Стретчинг : практикум / уклад.: В. В. Білецька, Ю. О. Усачов, Л. В. Ясько. Київ : НАУ, 2015. 44 с.
18. Хе Сюефей. Методика вдосконалення музичної підготовки майбутніх учителів хореографії. Естетика й етика педагогічної дії: зб. наук. праць. 2017. № 15. С. 132–140.
19. Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю. 2-ге вид. Київ : Альтепрес, 2007. 324 с.

Публікації науково-педагогічного працівника за темою навчальної дисципліни

20. Шумілова В. В. Місце класичного танцю в системі хореографічної освіти. Особливості роботи хореографа в сучасному соціокультурному просторі : зб. матеріалів І Всеукр. наук.-творч. конф. (Київ, 20 трав. 2013 р.). Київ : НАКККіМ, 2013. С. 63–65.
21. Шумілова В. В. Методика виконання класичного танцю: метод. рек. до практ. занять для студентів освітнього рівня «Бакалавр» спеціальності 024 Хореографія. Київ : НАКККіМ, 2019. 44 с.

Додаткові джерела

22. Вільчковський Е. С. Інтеграція рухів і музики у фізичному розвитку дітей: навч.-метод. посібник / Денисенко Н. Ф., Шевченко Ю. М. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 128 с.

23. Тіло людини : енциклопедія / авт. тексту Б. Макміллан ; пер. з англ.
Київ : Махаон - Україна, 2010. 304 с.