

Рассмотрено
на заседании м/к
протокол № 5
танца»
от 19.03.2015
председатель м/к

Т. Ледях

УТВЕРЖДАЮ
Директор АНО СПО

«Школа классического

Т.А.Ледях



Автономная некоммерческая организация
среднего профессионального образования
хореографический колледж
«Школа классического танца»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина ОП.02 Тренаж классического танца
класс/курс (4-8 классы)
автор Телегина Н.А.

Москва 2015

Пояснительная записка.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности.

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный учебный цикл, раздел ОП.ОО Общепрофессиональные дисциплины.

Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

Цель учебной дисциплины - подготовка квалифицированных артистов балета;

Задачи дисциплины:

- развитие гибкости корпуса и танцевального шага учащихся;
- укрепление мышц спины, брюшного пресса и выворотности бедер;
- способствование вытанутости коленного сустава и стопы учащихся

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

уметь:

- составлять и выполнять комплексы специальных хореографических упражнений на развитие профессионально-необходимых физических качеств с учетом индивидуальных особенностей организма;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за режимами физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения;

знать:

- роль тренажа классического танца и физической культуры в формировании здорового образа жизни;
- требования получаемой профессии к физической подготовленности обучающегося;
- основы формирования специальных упражнений для развития профессионально необходимых физических качеств.