

Министерство культуры Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный институт культуры»
Режиссерско-педагогический факультет
Кафедра театрального искусства

ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ

Рабочая программа дисциплины

Направление подготовки
44.03.01 «Педагогическое образование»

Направленность (профиль)
«Арт-педагогика (театральное творчество)»

Квалификация (степень) выпускника
«бакалавриат»

Форма обучения:
Очная, заочная

Год набора 2022

Кемерово

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Арт-педагогика (театральное творчество)», квалификация (степень) выпускника – бакалавр.

Утверждена на заседании кафедры театрального искусства и рекомендована к размещению на сайте Кемеровского государственного института культуры «Электронная образовательная среда КемГИК» по web-адресу <http://edu.kemguki.ru/24.05.2022> г., протокол № 10.

Переутверждена на заседании кафедры театрального искусства 27.04.2023 г., протокол № 8;

Переутверждена на заседании кафедры театрального искусства 15.05.2024 г., протокол № 12.

Переутверждена на заседании кафедры театрального искусства 21.05.2025г., протокол № 9.

Элективные курсы по физической культуре и спорту: рабочая программа дисциплины по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль «Арт-педагогика (театральное творчество)», квалификация (степень) выпускника «бакалавр» /сост. Т.А. Григорьянц – Кемерово: Кемеров. гос. ин-т культуры, 2022. – 25 с. – Текст непосредственный.

Составитель:
кандидат культурологии, профессор
Григорьянц Т.А.

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине
4. Объем, структура и содержание дисциплины
 - 4.1. Объем дисциплины (модуля)
 - 4.2. Структура дисциплины
 - 4.3. Содержание дисциплины
5. Образовательные и информационно-коммуникационные технологии
 - 5.1 Образовательные технологии
 - 5.2 Информационно-коммуникационные технологии обучения
6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся
7. Фонд оценочных средств
8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
 - 8.1. Основная литература
 - 8.2. Дополнительная литература
 - 8.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»
 - 8.4. Программное обеспечение и информационные справочные системы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины
10. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
11. Список (перечень) ключевых слов

1. Цель дисциплины:

формирование профессионально важных навыков и умений в области физической культуры; воспитание внешней техники.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата: дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к обязательной части дисциплин Блока 1. ОПОП.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенций		
	знать	уметь	владеть
- УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	- основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки	- уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки	- навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях

Перечень обобщённых трудовых функций и трудовых функций, имеющих отношение к профессиональной деятельности выпускника:

Профессиональные стандарты	Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции
01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»	Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования	Общепедагогическая функция. Обучение
		Воспитательная деятельность
		Развивающая деятельность
01.003 «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»	Преподавание по дополнительным общеобразовательным программам	Организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы
		Организация досуговой деятельности обучающихся в процессе реализации дополнительной общеобразовательной

		программы
		Обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания
		Педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы
		Разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы
	Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ	Организация и проведение исследований рынка услуг дополнительного образования детей и взрослых
		Организационно-педагогическое сопровождение методической деятельности педагогов дополнительного образования
		Мониторинг и оценка качества реализации педагогическими работниками дополнительных общеобразовательных программ
	Организационно-педагогическое обеспечение реализации дополнительных общеобразовательных программ	Организация и проведение массовых досуговых мероприятий
		Организационно-педагогическое обеспечение развития социального партнерства и продвижения услуг дополнительного образования детей и взрослых
		Организация дополнительного образования детей и взрослых по одному или нескольким направлениям деятельности

4. Объем, структура и содержание дисциплины (модуля)

4.1. Объем дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 328 академических час. (контактной (аудиторной) работы с обучающимися).

№п/п	Разделы/ темы дисциплины	семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Интерактивные формы обучения	СРО
			лекции	Практ. занят	Индив занят		
1. Сценическая акробатика							
1.1	Акробатический тренинг. Индивидуальные упражнения	1		14		Беседа	
1.2	Динамические упражнения	1		12		Беседа, пластический диктант	
1.3	Равновесия	1		12		Беседа, пластический диктант	
1.4	Шпагаты и мосты	1		8		Беседа, пластический диктант	
1.5	Стойки.	1		10		Беседа, пластический диктант	
1.6	Акробатические упражнения с использованием реквизита и мебели	1		12		Ситуативное творческое задание	
	Всего	68		68			
2. Парная акробатика							
2.1	Подготовительные упражнения к парной акробатике	2		12		Беседа	
2.2	Балансы	2		12		Беседа, пластический диктант	
2.3	Поддержки в партере	2		12		Беседа, пластический диктант	
2.4	Седы и входы	2		8		Беседа, пластический диктант	
2.5	Входы	2		12		Беседа, пластический диктант	
2.6	Эксцентрика	2		12		Ситуативное творческое	

						задание	
	Всего	68		68			
2.7	Парные акробатические упражнения с предметом	2				Показ с последующим анализом работ	
3. Ритмика							
3.1	Понятие сценического темпо-ритма	3		2		Беседа	
3.2	Слуховое, зрительное и телесное восприятие ритма и темпа	3		10		Ситуативные задания	
3.3	Ритмические упражнения: передача длительности хлопками, ударами в пол.	3		10		Творческий показ с последующим анализом работ	
3.4	Упражнение «Эхо»	3		8		Ситуативные задания	
3.5	Передача ритмического рисунка пластической партитурой (абстрактной)	3		10		Ситуативные задания	
3.6	Передача ритмического рисунка пластической партитурой (бытовой)	3		10		Ситуативное творческое задание	
3.7	Темпо-ритмическая структура сцены и ее организация	3		8		Ситуативное творческое задание	
3.8	Темпо ритмический рисунок многофигурной композиции	3		10		Творческий показ с последующим анализом работ	
	Всего	68		68			
4. Жонглирование							
4.1	Вводные упражнения к жонглированию	4		2		Ситуативное творческое задание	
4.2	Работа с палкой	4		6		Ситуативное творческое задание	

4.3	Жонглирование одним мячом	4		4		Ситуативное творческое задание	
4.4	Жонглирование тремя мячами	4		6		Ситуативное творческое задание	
4.5	Жонглирование в парах.	4		2		Ситуативное творческое задание	
4.6	Жонглирование кольцами	4		2		Ситуативное творческое задание	
4.7	Жонглирование другими предметами	4		2		Ситуативное творческое задание	
4.8	Постановка этюда с элементами жонглирования	4		4		Ситуативное творческое задание	
4.9	Акробатика и жонглирование	4		2		Творческий показ с последующим анализом работ	
	Всего	30		30			
5. Пантомима							
5.1	Цикл вводных упражнений. Пантомимический тренинг.	5		6		Просмотр видеоматериалов с последующим анализом	
5.2	Упражнение «Волна» телом	5		6		Ситуативное творческое задание	
5.3	Упражнения «Волны» прямые и поперечные	5		6		Ситуативное творческое задание	
5.4	«Волны» руками и ногами	5		6		Ситуативное творческое задание	
5.5	Упражнения «Стена», «Куб»	5		3		Ситуативное творческое задание	
5.6	Упражнения «Канат», «Мяч», «Палка»	5		6		Ситуативное творческое задание	
5.7	Основные виды пластического шага	5		4		Ситуативное творческое задание	
5.8	Воображаемый предмет и работа с ним	5		4		Просмотр видеоматериалов с	

						последующим анализом	
5.9	Воображаемый партнер и воображаемая среда	5		4		Ситуативное творческое задание	
5.10	Постановка пантомимического этюда, сценического номера	5		6		Творческий показ с последующим анализом работ	
	Всего	68		68			
6. Мимодрама							
6.1	Драматургия пантомимического этюда	6		4		Беседа	
6.2	Стилизация жеста: от импульса к волне	6		2		Беседа	
6.3	Постановочные особенности в работе над сценическим пантомимическим номером	6		2		Ситуативное творческое задание	
6.4	Постановка пластической (пантомимической) композиции	6		4		Ситуативное творческое задание	
6.5	Возможные варианты перевода литературного материала на язык пантомимы	6		6		Ситуативное творческое задание	
6.6	Работа режиссера с исполнителем в процессе создания пантомимической композиции, спектакля	6		4		Ситуативное творческое задание	
6.7	Знаковая природа пантомимы: означаемое и означающее	6		2		Ситуативное творческое задание	
6.8	Статика и динамика в структуре пластической композиции	6		4		Ситуативное творческое задание	
6.9	Работа с музыкальным	6		3		Ситуативное творческое	

	материалом в процессе постановки пластического спектакля					задание	
6.10	Предметный мир пластического спектакля	6		1		Ситуативное творческое задание	
6.11	Пространство и время в пластическом спектакле	6		1		Ситуативное творческое задание	
6.12	Постановка пластической композиции, спектакля	6		6		Творческий показ с последующим анализом работ	
	Итого	43		39			
	Всего	328		328			

4.2. Содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

Содержание раздела дисциплины	Результаты обучения раздела	Виды оценочных средств; формы текущего контроля успеваемости, формы промежуточной аттестации
Раздел 1. Сценическая акробатика		
Тема 1. Акробатический тренинг. Индивидуальные упражнения Акробатический тренинг: определение, значение и место в воспитании режиссера. Структура акробатического тренинга. Способы организации тренинга индивидуальных упражнений. Структура упражнения. Способы развития упражнения. Простые упражнения и комплексные.	Формируемые компетенции: - УК-7. В результате изучения раздела курса студент должен знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 2. Динамические Вводные упражнения	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и	

(«перекаты», «пружины», «импульсы»). Кувырок вперед (назад). Виды кувырков. Каскады. Кувырки с предметом. Перевороты вперед (назад). Колесо.	сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической	Пластический диктант
Тема 3. Равновесия Элементы акробатики, развивающие чувство равновесия. Простые равновесия: «Ласточка», «Дерево», «Цапля». Равновесные позы: «Птица», «Павлин», «Лягушка». Комплексы равновесий.	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 4. Шпагаты и мосты Вводные упражнения на растяжку. Шпагаты вперед правой (левой) ногой. «Прямой» шпагат. Перевороты в шпагате. «Мосты» из положений лежа, стоя, с колен. «Шагающий мост», «Радуга», «Тоннель», «Смена опоры».	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 5. Стойки Вводный цикл упражнений. Стойки: «Березка», «Стойка на голове», «Стойка на плечах»,	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической	Пластический диктант, показ

«Саранча», «Скорпион», «Стойка на руках».	подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 6. Акробатические упражнения с использованием реквизита и мебели. Упражнения на стуле и столе. Упражнения со скамьей. Упражнения с тканью, обручем, кубом. Акробатические этюды с использованием предмета (предметов).	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Показ
Раздел 2. Парная акробатика		
Тема 1. Подготовительные упражнения к парной акробатике Равновесия в парах. Упражнения «Качели», «Флажок», «Луноход», «Кузнечик».	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 2. Балансы Балансы лицом к партнеру, (боком, спиной). Балансы на бедрах партнера. Балансы на	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической	Пластический диктант

спине партнера. Партерные балансы.	подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема3. Поддержки в партере. Поддержки на бедре лицом к партнеру (спиной, боком). Поддержки на коленях (колени-стопы). Переходы. «Клеопатра».	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 4. Седы. Сед на стопах партнера. Упражнения: «Стул», «Трон». Сед на плечах партнера.	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 5. Входы. Зашагивание одной ногой на плечо партнера. Вход на плечи партнера (сидящего, стоящего сбоку).	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности;	Пластический диктант

Вход прыжком.	- этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 6. Эксцентрика Вводные упражнения. Упражнения: «весы», перевороты, кувырки по спине партнера, сальто с рук партнера, «Трактор», «Прыжок на спину», «Верблюды». Упражнения этюды по теме.	Формируемые компетенции: УК-7 знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Показ
Тема 7. Парные акробатические упражнения с предметом. Кувырки по столу, со стула. Кувырки в кольцо. Кувырки по столу (вперед, назад). Перекидки со стола.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Раздел 3. Ритмика		
Тема 1. Вводное занятие. Понятие темпа и ритма в искусстве театра. Элементарные ритмические упражнения с ведущим.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности;	

	- этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 2. Слуховое, зрительное и телесное восприятие ритма и темпа. Прослушивание ритмического рисунка, повторение его «про себя», запоминание ритмического рисунка, повторение его через промежуток времени. Передача длительности звука хлопками.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 3. Ритмические упражнения: передача длительности хлопками, ударами в пол. Упражнение «Передача импульсом», «Рождение ритма».	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 4. Упражнение «Эхо» Использование простых ритмических рисунков, сложных. Запоминание и повтор ритмического рисунка через промежуток времени.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки	

	уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 5. Передача ритмического рисунка пластической партитурой (абстрактной). Элементарные упражнения по теме (одна восьмерка, две восьмерки). Упражнения, имеющие разноритмические рисунки. Сочетание движений рук, ног, корпуса.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 6. Передача ритмического рисунка пластической партитурой (бытовой). Элементарные упражнения по теме (одна восьмерка, две восьмерки). Упражнения, имеющие разноритмические рисунки. Сочетание движений рук, ног, корпуса в бытовом рисунке.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 7. Темпо-ритмическая структура сцены и ее организация Сочетание ритмических рисунков в одной сцене. Режиссерское решение сцены и его взаимосвязь с ритмическими	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь:	

кусками сцены.	- уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 8. Темпо ритмический рисунок многофигурной композиции Сочинение и создание темпо ритмических фрагментов общей композиции. Способы соединения ритмов отдельных фрагментов в общую многофигурную композицию.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Показ
Раздел 4. Жонглирование		
Тема 1. Вводные упражнения к жонглированию Упражнения для тренировки кистей. Постановка рук. Парные упражнения на взаимодействие и координирование действий.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 2. Работа с палкой Элементы перехватывания. Вращение двумя руками. Вращение одной рукой. Вращение с переменной плоскости. «Восьмерки». Броски и хваты.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь:	Пластический диктант

	- уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 3. Жонглирование одним мячом Упражнения-адаптеры. Броски и захваты. Определение порога высоты.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 4. Жонглирование тремя мячами Постановка рук. Упражнения – перехваты. Жонглирование по кругу. Вертикальное жонглирование. Ритмический рисунок в работе с тремя мячами. Пластический рисунок.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 5. Жонглирование в парах. Вводные парные упражнения. Упражнения с одним (двумя, тремя) мячами. Пластическая партитура парных упражнений. Темпо ритмический рисунок парных упражнений.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные	Показ

	понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 6. Жонглирование кольцами Особенности жонглирования кольцами. Постановка рук. Координация движения. Жонглирование тремя (пятью) кольцами. Приемы жонглирования кольцами.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 7. Жонглирование другими предметами Жонглирование платочками, тарелками, тряпками. Смешанное жонглирование. Особенности постановки рук и координация в смешанном жонглировании.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Показ
Тема 8. Постановка этюда с элементами жонглирования Особенности создания темпо ритмического рисунка и пластической партитуры в этюде с элементами жонглирования. Жонглирование как выразительное средство в пластическом этюде.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической	Показ

	подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 9. Акробатика и жонглирование Специфика акробатического этюда с элементами жонглирования. Способы включения жонглирования в акробатический этюд.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Показ
Раздел 5. Пантомима.		
Тема 1. Цикл вводных упражнений. Пантомимический тренинг. Упражнения «Импульс». «Вращения и сдвиги». Растяжка. Упражнения «Выразительные руки».	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 2. Упражнение «Волна» телом Структура упражнения. Способы выведения упражнения. Определение точки начала «волны».	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической	Пластический диктант

	подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 3. Упражнения «Волны» прямые и поперечные Технические особенности исполнения поперечных и прямых волн.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 4. «Волны» руками и ногами Постановка рук и ног в «волне». Волны прямые и обратные, «перекаты», «диагонали».	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 5. Упражнения «Стена», «Куб» Стилистика упражнения. Постановка рук в упражнениях. Виды и варианты исполнения упражнений.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности;	Пластический диктант

	- проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 6. Упражнения «Канат», «Мяч», «Палка» Локальная блокировка и локальное движение. Общая блокировка. Варианты исполнения упражнений «Канат», «Мяч», «Палка»	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 7. Основные виды пластического шага Установка для ног. «Растяжной пластический шаг», «Шаг против ветра».	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Пластический диктант
Тема 8. Воображаемый предмет и работа с ним Локальная и общая блокировка (фиксация). Локальное и общее движение.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические	Пластический диктант

	тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 9. Воображаемый партнер и воображаемая среда Создание «партнера». Работа с воображаемым партнером (партнерами). Воображаемая среда (песок, вода, болото, вакуум).	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 10. Постановка пантомимического этюда, сценического номера Специфика в постановочной работе в пантомиме. Аллегория и метафора.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Контрольный показ
Раздел 6. Мимодрама		
Тема 1. Драматургия пантомимического этюда Специфика драматургии пластической работы. Способы организации события в пластическом этюде.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические	

	тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 2. Стилизация жеста: от импульса к волне Механизм стилизованного жеста. Импульс и волна – общее и индивидуальное.	Формируемые компетенции: знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 3. Постановочные особенности в работе над сценическим пантомимическим номером Точность, лаконичность и продуктивность движения. Стилизация от образа. Характер действия.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 4. Постановка пластической (пантомимической) композиции Особенности постановочной работы пластической композиции	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги	Контрольный показ

	владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 5. Возможные варианты перевода литературного материала на язык пантомимы. Приемы иллюстрирования, метафора, аллегория.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 6. Работа режиссера с исполнителем в процессе создания пантомимической композиции, спектакля	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 7. Знаковая природа пантомимы: означаемое и означающее Упражнения «Жест - знак». «Жестовые фразы». Означаемое и означающее и их трансформация.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренинги владеть: - навыками ведения	

	тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 8. Статика и динамика в структуре пластической композиции Упражнения на полную статику. Локальная статика. Статика – динамика: «кукла», «робот», «манекен»	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 9. Работа с музыкальным материалом в процессе постановки пластического спектакля Упражнения – зарисовки на музыкальные фрагменты.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренингов; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Контрольный показ
Тема 10. Предметный мир пластического спектакля Упражнения с тканью. Упражнения с мебелью (стул, стол, скамья, куб). Упражнения с одеждой.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренингов;	

	- навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 11. Пространство и время в пластическом спектакле Пространственное решение эпизода, сцены. Трансформация пространства.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	
Тема 12. Постановка пластической композиции, спектакля Этапы работы над пластическим спектаклем. Специфика репетиционного процесса.	Формируемые компетенции: УК-7. знать: основные понятия и сущность физической подготовленности; - этапы физической подготовки уметь: - уметь применять основные понятия физической подготовленности; - проводить физические тренировки владеть: - навыками ведения тренировок; - навыками определения необходимой физической нагрузки в упражнениях	Контрольный показ

5. Образовательные и информационно-коммуникационные технологии

5.1 Образовательные технологии

При освоении курса учебной программы по предмету «Элективные курсы по физической культуре и спорту» используются традиционные образовательные технологии (групповые практические занятия с педагогом) активные и интерактивные методы обучения практическим навыкам, направленные на формирование профессиональных компетенций студентов. Преподавание дисциплины осуществляется на основе личностно-ориентированного обучения, с использованием моделирующих технологий.

Учитывая специфику предмета – 100 % знаний студенты получают на практике, основу образовательного процесса по предмету составляют практические групповые занятия. В проведении различных тренингов применяется игровые технологии. В образовательном процессе по данной дисциплине используются технологии творческой деятельности, применение которых способствует формированию новаторского телесно-

ориентированного мышления. На практических занятиях, имеющих деятельностьную основу применяются интерактивные методы:

- пластические тренинги, направленные на формирование и выработку определенных профессиональных навыков – аналитических, практических, коммуникативных, творческих, а также навыка самоанализа;
- творческие задания на сочинение и исполнение пластических зарисовок, композиций, этюдов, фрагментов и т.д., импровизации на заданную тему, (музыкальное произведение);
- активный проблемно-ситуационный анализ, основанный на обучении путем решения конкретных задач-ситуаций, моделирующих будущую профессиональную деятельность;
- работа в малых группах;
- творческие показы – лаборатории;
- мастер-классы;
- фестивальные показы.

5.2. Информационно-коммуникационные технологии

Формы и направления использования информационно-коммуникационных технологий в процессе обучения:

- поиск текстовой информации в сети Интернет (учебники, учебные пособия, словари, справочники, энциклопедии, периодические издания);
- использование ресурсов ЭБС «Университетская библиотека on line», ЭБС «Лань»;
- использование электронных ресурсов с визуальной и аудио-информацией (видеозаписи спектаклей, учебных творческих показов, пластических тренингов по разделам дисциплины;
- работа в электронной образовательной среде КемГИК с программными и учебно-методическими материалами по адресу: <https://edu2020.kemgik.ru/>

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Перечень учебно-методического обеспечения для СР обучающихся

Организационные ресурсы

- Тематический план дисциплины

Учебно-практические ресурсы

- Примеры выполнения практических заданий, творческого задания

Учебно-методические ресурсы

- Методические указания для обучающихся по выполнению самостоятельной работы

Учебно-справочные ресурсы

- Словарь по дисциплине

Учебно-наглядные ресурсы

- Электронные презентации

Учебно-библиографические ресурсы

- Список рекомендуемой литературы

Фонд оценочных средств

- Перечень заданий, вопросов.

7. Фонд оценочных средств

Включает оценочные средства для текущего контроля успеваемости и для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины. Структура и содержание

фонда оценочных средств представлены в электронной информационно-образовательной среде <https://edu2020.kemgik.ru/course/view.php?id=3925>.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Основная литература

1. Григорьянц Т.А. Сценическое движение. Трюковая пластика: учеб. пособие для вузов / Т.А. Григорьянц; науч. ред. Г.А. Жерновая; Кемеровский государственный университет культуры и искусств. – Кемерово: Кемеров. гос. ун-т культуры и искусств, 2010. – 130 с.- Текст: непосредственный.
2. Немеровский, А. Б. Пластическая выразительность актера: учеб. пособие для студентов театральных институтов искусств / А. Б. Немеровский и ГИТИС. - Москва: РАТИ-ГИТИС, 2010. - 255 с. - Текст: непосредственный.
3. Маркова, Е. В. Уроки пантомимы: учеб. пособие / Е. В. Маркова. - Санкт-Петербург: Лань; Санкт-Петербург: Планета музыки, 2012. - 283с. - Текст: непосредственный.

8.2 Дополнительная литература

- 1.Вербицкая А.В. Основы сценического движения (раздел общеразвивающих и корректирующих упражнений). Часть 1. М.: ГИТИС, 1982. - Текст: непосредственный.
- 2.Григорьянц, Т. А.. - Сценическое движение. Пластический тренинг: учеб. пособие для вузов / Т. А. Григорьянц. -Федеральное агентство по культуре и кинематографии РФ и КемГУКИ; под ред. Г. А. Жерновая. - Кемерово: КемГУКИ, 2004. - 96 с. - Текст: непосредственный.
3. Кох И.Э. Основы сценического движения: учебник. 3-е изд. - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2013. – 512 с. - Текст: непосредственный.
4. Карпов Н.В. Уроки сценического движения. – М.: Изд-во «ГИТИС», 1999. Текст: непосредственный.
5. Морозова Г.В. О пластической композиции спектакля. – М.: ВЦХТ, 2001. - Текст: непосредственный.
6. Маркова Е.В. ЭтьенДекру. Теория и школа «тімериг»: Учебное пособие. – СПб.: Изд-во СПбГАТИ, 2008. – 224с. - Текст: непосредственный.
7. Никитин, В. Н. - Пластикодрама: Новые направления в арт-терапии / В. Н. Никитин. - Москва: Когито-Центр, 2003. - 182 с. - Текст: непосредственный.
- 8.Толшин А.В. Импровизация в обучении актера. – СПб.: СПГАТИ, 2005. - Текст: непосредственный.
- 9.Щербаков В. А. Пантомимы серебряного века. – СПб.: «Петербургский театральный журнал», 2014. – 296 с. - Текст: непосредственный.

Мультимедийное обеспечение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту»

1. CD: Мастер класс доцента кафедры пластического воспитания (г. Екатеринбург) В.В. Белоусова сентябрь 2010г. (часть 1).
2. CD: Мастер класс доцента кафедры пластического воспитания (г. Екатеринбург) В.В. Белоусова сентябрь 2010г. (часть 2).
3. «Две стрелы» пластический спектакль по одноименной пьесе А. Володина (КОККИ 3 курс отделение «Артист эстрады» 2009г).
4. CD: Зачет по сценическому движению и акробатике (РЛТ 2курс 2010)
5. CD: Зачет по фехтованию (РЛТ 2 курс 2000г).
6. CD: Зачет по разделу «Парная акробатика» (АТК 3 курс 2009г)
7. CD: Экзамен по предметам пластического цикла АДТ 4 курс Екатеринбургский театральный институт, 2006г.)

8. P/S/: диски находятся в папке УМКД «Сценическое движение» на кафедре театрального искусства.

8.3. Ресурсы информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. Театральная Энциклопедия

[http://www.gumer.info/bibliotek Buks/Culture/Teatr/ Index.php](http://www.gumer.info/bibliotek/Buks/Culture/Teatr/Index.php)

2. Университетская «библиотека Online» <http://www.biblioclub.ru>

8.4. Программное обеспечение и информационные справочные системы

- *лицензионное программное обеспечение:*

- Операционная система – MSWindows (10, 8,7, XP)
- Офисный пакет – Microsoft Office (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access)
- Антивирус - Kaspersky Endpoint Security для Windows
- Видеоредактор – Adobe CS6 Master Collection
- Музыкальный редактор – Sibelius

свободно распространяемое программное обеспечение:

- Браузер - Mozilla Firefox (Internet Explorer)
- Программа архиватор – 7-Zip
- Звуковой редактор – Audacity, Cubase5
- Служебные программы - Adobe Reader, Adobe Flash Player

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

- Консультант Плюс

9. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Для обеспечения образования инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья разрабатывается:

- адаптированная образовательная программа,
- индивидуальный учебный план с учетом особенностей их психофизического развития и состояния здоровья, в частности применяется индивидуальный подход к освоению дисциплины, индивидуальные задания.

Для осуществления процедур *текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации* обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья - устанавливаются адаптированные формы проведения с учетом индивидуальных психофизиологических особенностей:

- для лиц с нарушением зрения задания предлагаются с укрупненным шрифтом,
- для лиц с нарушением слуха – оценочные средства предоставляются в письменной форме с возможностью замены устного ответа на письменный ответ,
- для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата - двигательные формы оценочных средств - заменяются на письменные или устные с исключением двигательной активности.
- при необходимости студенту-инвалиду предоставляется дополнительное время для выполнения задания.

При выполнении заданий для всех групп лиц с ограниченными возможностями здоровья:

- допускается присутствие индивидуального помощника-сопровождающего для оказания технической помощи в оформлении результатов проверки сформированности компетенций.

10. Перечень ключевых слов

1. Акробатика
2. Гимнастика
3. Дыхательный аппарат
4. Жонглирование
5. Композиционный прием
6. Координация
7. Мимодрама
8. Общие двигательные навыки
9. Пантомима
10. Парная акробатика
11. Пластическая культура тела
12. Пластическая партитура роли
13. Пластическая форма
14. Пластический навык
15. Пластический тренинг
16. Практические умения
17. Психофизический аппарат
18. Рабочее напряжение мышц
19. Ритмичность
20. Специальные частные навыки
21. Сценическая пластика
22. Темпо-ритм
23. Телесное воображение
24. Телесно-ритмическая организация
25. Техника исполнения
26. Упражнения пластические