

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 5 «Основи виконання партерного тренажу»
Рівень ВО	«Бакалавр»
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	«Хореографія»
Форма навчання	денна
Курс, семестр, протяжність	3 курс, 5 семестр, протяжність 1 семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (усього: з них лекції/практичні)	Всього 120 год., 4 кредити, лекції – 8 год. практичні заняття – 36 год.
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	хореографії
Автор дисципліни	Захарчук Наталія Володимирівна
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	студенти мають знати: - базові позиції ніг та рук, рухи класичного танцю; - анатомічну будову тіла; - принципи поєднання рухів у комбінації; - термінологію
Що буде вивчатися	- комплекс вправ та поз в положенні сидячи й лежачи на підлозі; - комплекс вправ з використанням

	знань класичного тренажу; - комплекс вправ з використанням сторонньої допомоги.
Чому це цікаво/треба вивчати	Завдяки вивченню даної навчальної дисципліни формуються нові знання які сприяють: - підвищенню фахового рівня - усуненню недоліків у поставі, ногах; - допомагають виробити виворотність ніг, розвинути гнучкість, витривалість та еластичність тіла; - покращити гнучкість суглобів, поліпшити еластичність м'язів та зв'язок, нарощування сили м'язів. .
Чому можна навчитися (результати навчання)	Результатом вивчення навчальної дисципліни є - високий рівень гнучкості, виразовості тіла; - запобігання травмування м'язів й сухожиль; - розвиток сили та витривалості; - успішне вивчення класичної, народно-сценічної, бальної та сучасної хореографії.
Як можна користуватися набутими знаннями й уміннями (компетентності)	До кінця навчання студенти будуть компетентними та знатимуть: - мету і завдання дисципліни; - методику виконання вправ у партері; принципи поєднання окремих рухів у сполучення та комбінації; - про функційне вдосконалення тіла

	(фізичний розвиток); - формування й покращення рухових умінь, навичок і пов'язаних з ними знань; - вмітимуть віднайти правильну послідовність вивчення рухів, оптимальне поєднання окремих елементів у вправах.
Інформаційне забезпечення	https://vnu.edu.ua/uk
Web-посилання на (опис дисципліни) силабус навчальної дисципліни на вебсайті факультету (інституту)	https://vnu.edu.ua/uk/faculties-and-institutes/fakultet-kulturi-i-mistectv-0

Здійснити вибір - [«ПС-Журнал успішності-Web»](#)