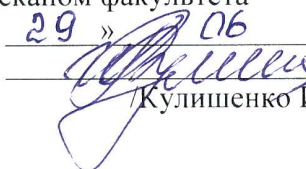


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 24.12.2025 17:52:33  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bffa79172803da5b789591c69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»  
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры  
Кафедра спортивных игр, гимнастики и единоборств

Согласовано  
деканом факультета  
« 29 » 06 2023 г.

  
Кулишенко И.В./

**Рабочая программа дисциплины**

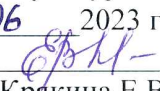
Музыкально-ритмическое воспитание


**Направление подготовки**  
49.03.01 Физическая культура

**Профиль:**  
Спортивная тренировка

**Квалификация**  
Бакалавр

**Формы обучения**  
Очная, заочная

Согласовано учебно-методической комиссией  
факультета физической культуры  
Протокол « 29 » 06 2023 г. № 7  
Председатель УМКом   
/Крякина Е.В./

Рекомендовано кафедрой спортивных  
игр, гимнастики и единоборств  
Протокол от « 26 » 06 2023 г. № 9  
И.о. зав. кафедрой   
/Тущер Ю.Л./

Мытищи  
2023

Авторы-составители:

Сулим А.С., старший преподаватель кафедры спортивных игр и гимнастики.

Брызгалова Р.М., кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных игр и гимнастики.

Рабочая программа дисциплины «Музыкально-ритмическое воспитание» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура, утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от *19.09.2017 № 940*.

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Объём и содержание дисциплины.....	5
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	8
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	10
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	24
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	25
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	30
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	30

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

### **1.1. Цель и задачи дисциплины**

**Цель дисциплины** - изучить основы теории музыки, методику обучения классической и народной хореографии, танцевальных упражнений и технику упражнений с предметами художественной гимнастики.

#### **Задачи дисциплины:**

- изучить основы теории музыки, необходимые для проведения разнообразных форм работы по физической культуре в общеобразовательной школе;
- изучить практический материал: танцевальные шаги, танцевальные связки, прыжки, повороты, равновесия, упражнения с предметами;
- научить обучающихся передавать посредством танцевальных упражнений разнообразные оттенки музыкального звучания;
- привить профессиональные педагогические навыки в составлении и проведении танцевальных упражнений и упражнений с предметами.

### **1.2. Планируемые результаты обучения**

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

**ДПК-5.** Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.

**ДПК-6.** Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Дисциплина входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» и является элективной.

Дисциплина «Музыкально-ритмическое воспитание» тесно связана с дисциплиной «Гимнастика».

Приобретенные знания и умения в результате освоения данной дисциплины нужны студентам для прохождения практики и изучения теории и методики физической культуры.

Знания в области «Музыкально-ритмического воспитания» способствуют расширению общего кругозора студентов, их эрудиции, музыкальности и гармоничному развитию личности.

### 3. ОБЪЁМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Объём дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения	
	Очная	Заочная
Объём дисциплины в зачетных единицах	2	
Объём дисциплины в часах	72	
<b>Контактная работа:</b>	<b>32,2</b>	<b>14,2</b>
Лекции	6	4
Практические занятия	26	10
Из них в форме практической подготовки	26	10
<b>Контактные часы на промежуточную аттестацию:</b>	<b>0.2</b>	<b>0.2</b>
Зачет	0,2	0,2
Самостоятельная работа	32	50
Контроль	7,8	7,8

**Форма промежуточной аттестации:** для очной формы обучения - зачёт в 1 семестре, для заочной формы обучения - зачёт в 1 семестре.

#### 3.2.Содержание дисциплины

##### По очной форме обучения

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов		
	Лекции	Практические занятия	
		Общее кол-во	Из них в форме практической подготовки
Раздел I. Основы теории музыки			
Тема 1. Предмет, цели и задачи музыкально-ритмического воспитания. Элементы музыкальной выразительности. Место и значение музыкально-ритмического воспитания в системе физического воспитания. Основные средства и методические особенности курса музыкально-ритмического воспитания. Средства музыкальной выразительности. Звук. Мелодия. Взаимосвязь физических и танцевальных упражнений с мелодическим рисунком. Темп. Связь упражнений с темпом музыки. Понятие о динамических оттенках в музыке, их значение в передаче содержания	1	6	6

<p>музыкального произведения. Понятие о метре. Музыкальные размеры: двудольный, трехдольные, четырехдольный. Такт, затакт. Такты простые и сложные. Счет при выполнении упражнений. Связь упражнений с ритмом музыки. Значение ритма в музыке. Структура музыкального произведения. Выполнение команды «Группа, стой!» в конце музыкального периода. Определить части музыкального произведения – такт, фразу, предложение, период и выделить их движениями (шагом, прыжком, хлопком).</p>			
<p><b>Раздел II. Техника обучения танцевальным упражнениям и упражнениям художественной гимнастики.</b></p>			
<p><b>Тема 1. Хореография и художественная гимнастика в уроках музыкально-ритмического воспитания.</b> Особенности хореографии в гимнастике, характеристика средств, применяемых на уроках хореографии, классический танец: упражнения у опоры, равновесия, прыжки, повороты. Народно-сценический танец: танцевальные шаги, элементы народных танцев (русского, белорусского, украинского, молдавского, греческого). Исторический бальный танец («Полька», «Галоп», «Русский танец», «Мазурка», «Фигурный вальс»). Специальные упражнения художественной гимнастики: пружинные и волнообразные движения: руками, туловищем, «целостная волна». Взмахи: руками, туловищем, ногами; различные формы прыжков, равновесий и поворотов. Акробатические и полукробатические элементы. Движения свободной пластики (ходьба, бег). Пантомима. Музыкальные игры. Основными средствами музыкально-ритмического воспитания являются музыка, танцевальные и ритмические упражнения, классический и характерный экзерсис, упражнения художественной гимнастики, танцы, музыкальные игры.</p>	2	7	7
<p><b>Тема 2. Основы обучения упражнениям с предметами.</b> Характеристика упражнений с предметами. Упражнения с предметами как средство развития физических качеств: прыгучести, быстроты, гибкости.  <u>Упражнения с мячом.</u> Способы удержания мяча, броски и ловля, удары и отбивы, перекаты, выкруты, скатывание, «восьмерка». <u>Упражнения с обручем.</u> Хваты, повороты, вращения, броски и ловля, прыжки в обруч и через него, маховые движения, перекаты, качание, «восьмерка». <u>Упражнения со скакалкой.</u> Прыжки на двух и на одной (с одинарным и двойным вращением вперед и назад), с междускоком. Прыжки на двух держа скакалку «скрестно». Махи и круги, переводы, манипуляции, броски и ловля. <u>Упражнения с лентой.</u> Махи и круги, «змейки» горизонтальные и вертикальные (по полу и по воздуху), «спирали» горизонтальные и вертикальные (внутри и наружу), «восьмерки», броски и ловля, прыжки через вращающуюся ленту, бросок ленты и ловля её за палочку и за дальний конец.</p>	1	6	6
<p><b>Тема 3. Методика проведения урока по музыкально-</b></p>	2	7	7

<b>ритмическому воспитанию.</b> Изучение классических позиций ног и рук. Изучение классического экзерсиса. Принципы построения урока по музыкально-ритмическому воспитанию. Обучение технике танцевальных шагов, прыжков, поворотов, равновесий, танцев и танцевальных связок. Обучение технике владения предметами: мячом, обручем, скакалкой, лентой. Обучение составлению учебных композиций. Основными средствами музыкально-ритмического воспитания являются музыка, танцевальные и ритмические упражнения, классический и характерный экзерсис, упражнения художественной гимнастики, танцы, музыкальные игры.			
<b>Итого:</b>	<b>6</b>	<b>26</b>	<b>26</b>

### По заочной форме обучения

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов		
	Лекции	Практические занятия	
		Общее кол-во	Из них в форме практической подготовки
Раздел I. Основы теории музыки			
Тема 1. Предмет, цели и задачи музыкально-ритмического воспитания. Элементы музыкальной выразительности. Место и значение музыкально-ритмического воспитания в системе физического воспитания. Основные средства и методические особенности курса музыкально-ритмического воспитания. Средства музыкальной выразительности. Звук. Мелодия. Взаимосвязь физических и танцевальных упражнений с мелодическим рисунком. Темп. Связь упражнений с темпом музыки. Понятие о динамических оттенках в музыке, их значение в передаче содержания музыкального произведения. Понятие о метре. Музыкальные размеры: двудольный, трехдольные, четырехдольный. Такт, затакт. Такты простые и сложные. Счет при выполнении упражнений. Связь упражнений с ритмом музыки. Значение ритма в музыке. Структура музыкального произведения. Выполнение команды «Группа, стой»! в конце музыкального периода. Определить части музыкального произведения – такт, фразу, предложение, период и выделить их движениями (шагом, прыжком, хлопком).	1	2	2
Раздел II. Техника обучения танцевальным упражнениям и упражнениям			

<b>художественной гимнастики.</b>			
<b>Тема 1. Хореография и художественная гимнастика в уроках музыкально-ритмического воспитания.</b> Особенности хореографии в гимнастике, характеристика средств, применяемых на уроках хореографии, классический танец: упражнения у опоры, равновесия, прыжки, повороты. Народно-сценический танец: танцевальные шаги, элементы народных танцев (русского, белорусского, украинского, молдавского, греческого). Исторический бальный танец («Полька», «Галоп», «Русский танец», «Мазурка», «Фигурный вальс»). Специальные упражнения художественной гимнастики: пружинные и волнообразные движения: руками, туловищем, «целостная волна». Взмахи: руками, туловищем, ногами; различные формы прыжков, равновесий и поворотов. Акробатические и полукробатические элементы. Движения свободной пластики (ходьба, бег). Пантомима. Музыкальные игры. Основными средствами музыкально-ритмического воспитания являются музыка, танцевальные и ритмические упражнения, классический и характерный экзерсис, упражнения художественной гимнастики, танцы, музыкальные игры.	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
<b>Тема 2. Основы обучения упражнениям с предметами.</b> Характеристика упражнений с предметами. Упражнения с предметами как средство развития физических качеств: прыгучести, быстроты, гибкости. <u>Упражнения с мячом.</u> Способы удержания мяча, броски и ловля, удары и отбивы, перекаты, выкруты, скатывание, «восьмерка». <u>Упражнения с обручем.</u> Хваты, повороты, вращения, броски и ловля, прыжки в обруч и через него, маховые движения, перекаты, качание, «восьмерка». <u>Упражнения со скакалкой.</u> Прыжки на двух и на одной (с одинарным и двойным вращением вперед и назад), с междускокком. Прыжки на двух держа скакалку «скрестно». Махи и круги, переводы, манипуляции, броски и ловля. <u>Упражнения с лентой.</u> Махи и круги, «змейки» горизонтальные и вертикальные (по полу и по воздуху), «спирали» горизонтальные и вертикальные (внутри и наружу), «восьмерки», броски и ловля, прыжки через вращающуюся ленту, бросок ленты и ловля её за палочку и за дальний конец.	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
<b>Тема 3. Методика проведения урока по музыкально-ритмическому воспитанию.</b> Изучение классических позиций ног и рук. Изучение классического экзерсиса. Принципы построения урока по музыкально-ритмическому воспитанию. Обучение технике танцевальных шагов, прыжков, поворотов, равновесий, танцев и танцевальных связок. Обучение технике владения предметами: мячом, обручем, скакалкой, лентой. Обучение составлению учебных композиций. Основными средствами музыкально-ритмического воспитания являются музыка, танцевальные и ритмические упражнения, классический и характерный экзерсис, упражнения	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

художественной гимнастики, танцы, музыкальные игры.			
<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>10</b>

## ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема	Задание на практическую подготовку	количество часов	
		Очная	Заочная
Предмет, цели и задачи музыкально-ритмического воспитания. Элементы музыкальной выразительности	Слушание музыкального произведения и его анализ Выполнение упражнения на согласование движений с музыкой	6	2
Хореография и художественная гимнастика в занятиях по музыкально-ритмическому воспитанию	Выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий, Выполнение исторических балльных танцев	7	3
Основы обучения упражнениям с предметами	Выполнение упражнения с предметами	6	2
Методика проведения занятия по музыкально-ритмическому воспитанию	Комплекс музыкально-ритмических игр Выполнение упражнения с предметами Выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий, Выполнение исторических балльных танцев	7	3

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельно го изучения	Изучаемые вопросы	Кол-во часов		Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение Пункт 6.	Формы отчётности
		Очная форма	Заочная форма			
Использование средств музыкальной выразительности в уроке музыкально – ритмического воспитания	1.Выполнение упражнения на согласование движений с музыкой "Переменный шаг" (муз. размер 4/4) (в медленном, умеренном, быстром темпе)	6	9	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и научной литературы	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос

	2.Выполнение двигательных действий в соответствии с повышением и понижением музыкального звучания	5	8	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос
	3.Выполнение упражнения «ходьба на месте» одновременно с началом музыкального звучания и команды «Стой!» в конце музыкального периода	6	9	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос
Совершенствование специальных технических действий	1.Выполнение упражнений на развитие специальных физических качеств у хореографического станка.	5	8	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос
	2.Выполнение упражнений с предметами (мяч, обруч, скакалка).	5	8	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос
	3.Выполнение танцевальных упражнений.	5	8	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок, специальной учебной и .научной литературы	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос
Итого		32	50			

## **5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ.**

### **5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.**

<b>Код и наименование компетенции</b>	<b>Этапы формирования</b>
<b>ДПК-5.</b> Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа
<b>ДПК-6.</b> Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа.	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа

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

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ДПК-5	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	<b>Знать:</b> - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания <b>Уметь:</b> - описывает варианты применения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания в практической деятельности - составлять на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания. - Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно требованиям к проведению современного урока (занятия) по физической культуре.	Устный опрос. Реферат	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата
	Продвинутой	1. Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	<b>Знать:</b> - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания <b>Уметь:</b> - описывает варианты применения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания в практической деятельности	Устный опрос. Реферат. Практическая подготовка	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания реферата Шкалы оценивания практической подготовки

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания.</li> <li>- Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно требованиям к проведению современного урока (занятия) по физической культуре.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.</li> </ul>		
ДПК-6	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные плановые документы.</li> <li>- основные отчеты о проведении спортивных соревнований</li> <li>- смету проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составляет текущие (составление поурочных планов-графиков, журнал учета посещаемости, план-конспект и т.д.) и перспективные планы (годовой учебный план, учебный план-график).</li> <li>- составляет основные отчеты о проведении спортивных соревнований</li> <li>- применяет навыки по составлению плановых документов во время прохождения практики.</li> </ul>	Устный опрос. тестирование. конспект урока.	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания тестирования Шкала оценивания конспекта урока

	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	<b>Знать:</b> - основные плановые документы. - основные отчеты о проведении спортивных соревнований - смету проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях. <b>Уметь:</b> - составляет текущие (составление поурочных планов-графиков, журнал учета посещаемости, план-конспект и т.д.) и перспективные планы (годовой учебный план, учебный план-график). - составляет основные отчеты о проведении спортивных соревнований - применяет навыки по составлению плановых документов во время прохождения практики. <b>Владеть:</b> - навыками по составлению текущих и перспективных планов (применительно к конкретным «производственным» задачам)	Устный опрос. тестирование. конспекта урока Практическая подготовка	Шкала оценивания устного опроса Шкала оценивания тестирования Шкала оценивания конспекта урока Шкалы оценивания практической подготовки
--	-------------	---	--	--	--

**Описание шкал оценивания**  
**ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ КОНСПЕКТА УРОКА**

<b>Критерии</b>	<b>Количество баллов</b>
Содержание конспекта соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью. Присутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	9-10 баллов
Содержание конспекта недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам темы, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения. Присутствуют некоторые схемы, таблицы.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки. В конспекте отсутствуют зарисовки, схемы, таблицы.	3-5 баллов

**ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ РЕФЕРАТА**

<b>Критерии</b>	<b>Количество баллов</b>
Содержание соответствуют поставленным цели и задачам, изложение материала отличается логичностью и смысловой завершенностью, студент показал владение материалом, умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы, отстаивать собственную точку зрения.	8-10 баллов
Содержание недостаточно полно соответствует поставленным цели и задачам исследования, работа выполнена на недостаточно широкой базе источников и не учитывает новейшие достижения, изложение материала носит преимущественно описательный характер, студент показал достаточно уверенное владение материалом, однако недостаточное умение четко, аргументировано и корректно отвечать на поставленные вопросы и отстаивать собственную точку зрения.	6-8 баллов
Содержание не отражает особенности проблематики избранной темы, – содержание работы не полностью соответствует поставленным задачам, база источников является фрагментарной и не позволяет качественно решить все поставленные в работе задачи, работа не учитывает новейшие достижения науки, студент показал неуверенное владение материалом, неумение отстаивать собственную позицию и отвечать на вопросы.	3-5 баллов

**ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ УСТНОГО ОПРОСА**

<b>Требования к критерию</b>	<b>Количество баллов</b>
Полно и аргументировано отвечает по содержанию задания. Обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые	5 баллов

примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные. Излагает материал последовательно и правильно.	
Если студент дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет.	4 балла
Если студент обнаруживает знание и понимание основных положений данного задания, но: 1) излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; 2) не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; 3) излагает материал непоследовательно и допускает ошибки.	2-3 баллов
Если студент обнаруживает незнание ответа на соответствующее задание, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал.	0-1 балла

### **ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ ТЕСТИРОВАНИЯ**

<b>количество правильных ответов</b>	<b>количество баллов</b>
19 и больше	10
15-18	7
11-14	4
меньше 10	0

### **ШКАЛЫ ОЦЕНИВАНИЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

#### **Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ**

На занятиях проверяется и оценивается умение учащихся слушать музыкальные произведения, давать словесную характеристику их содержанию и средствам музыкальной выразительности, умение сравнивать, обобщать; знание музыкальной литературы.

Учитывается:

- степень раскрытия эмоционального содержания музыкального произведения через средства музыкальной выразительности;
- самостоятельность в разборе музыкального произведения;
- умение учащегося сравнивать произведения и делать самостоятельные обобщения на основе полученных знаний.

<b>Требования к критерию</b>	<b>Количество баллов</b>
Дан правильный и полный ответ, включающий характеристику содержания музыкального произведения, средств музыкальной выразительности, ответ самостоятельный	5 баллов
Ответ правильный, но неполный: дана характеристика содержания музыкального произведения, средств музыкальной выразительности с наводящими (1-2) вопросами учителя	3-4 балла
Ответ правильный, но неполный, средства музыкальной	2 балла

выразительности раскрыты недостаточно, допустимы несколько наводящих вопросов учителя	
Ответ обнаруживает незнание и непонимание учебного материала	1 балл
Ответ не дан ни на один из пунктов анализа музыкального произведения, отказ от ответа.	0 баллов

### Шкала оценивания упражнения на согласование движений с музыкой «Переменный шаг»

Требования к критерию	Количество баллов
Упражнение выполняется с хорошей осанкой: спина прямая, носки ног оттянуты, хорошая координация движений. Все движения согласуются с музыкальным сопровождением	5 баллов
Упражнения выполняется с хорошей осанкой. Движения скоординированы. Незначительные ошибки в согласовании движений с музыкой в одном из темпов исполнения	3-4 балла
Погрешности в технике исполнения упражнения. Погрешности в координации движений. Ошибки в согласовании движений с музыкой в двух темпах исполнения.	2 балла
Явно выраженные ошибки в координации движений. Ошибки в согласовании движений с музыкой в трех темпах исполнения	0 -1 балл

### Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий

Требования к критерию	Количество баллов
Правильная осанка, хорошая координация движений. Легкое выразительное исполнение. Оттянутые носки, вытянутые колени. В упражнении «прыжки» – четкое техничное исполнение с хорошей амплитудой, ярко выражена «форма» прыжка и момент «зависания» В упражнении «повороты» – умение держать прямую спину, сохранять равновесие и скорость вращения. В упражнении «равновесия» – уметь держать четкое устойчивое равновесие	5 баллов
Слегка нарушена осанка, не оттянуты носки ног и согнуты колени. В <u>прыжках</u> – слегка нарушена «форма» прыжка. В <u>поворотах</u> – слегка нарушена вертикаль туловища при вращениях, нарушен темп вращения. В <u>равновесиях</u> – легкое пошатывание при выполнении упражнения	3-4 балла
Значительно нарушена осанка. Небрежное тяжелое исполнение. В <u>прыжках</u> – недостаточно ярко выражена «форма» прыжка. В <u>поворотах</u> – значительно нарушена вертикаль во время вращений, «недоворот» на 45°.	2 балла

В <u>равновесиях</u> – незначительная потеря равновесия	
Ярко выраженное нарушение осанки, плохо скоординированные движения. В <u>прыжках</u> –тяжелое исполнение. Плохо выраженная «форма» прыжка. В <u>поворотах</u> – подскоки во время вращений. Вращение на всей стопе, «недоворот» на 90°. В <u>равновесиях</u> – значительная потеря равновесия, падение.	0 -1 балл

### **Шкала оценивания упражнения с предметами (мяч, обруч, скакалка)**

<b>Требования к критерию</b>	<b>Количество баллов</b>
Хорошее владение техникой предмета на протяжении всего упражнения	9-10 баллов
Незначительные ошибки в выполнении отдельных элементов упражнения. Потеря предмета без схождения с места	6-8 баллов
Значительные ошибки в технике исполнения отдельных элементов. Потеря предмета со схождением с места на 1-3 шага	3-5 балла
Ярко выраженные ошибки в технике движений. Значительная потеря предмета на протяжении всего упражнения. Потеря предмета со схождением с места на 3-5 шагов и более	0-2 балла

### **Шкала оценивания выполнения исторических бальных танцев**

<b>Требования к критерию</b>	<b>Количество баллов</b>
Отличное знание танца. Умение исполнять танец с хорошей хореографией, выразительно и артистично. Умение согласовывать движения с музыкальным сопровождением. Хорошее взаимопонимание партнеров на протяжении всего танца.	13-15 баллов
Не очень уверенное исполнение танца. Незначительные ошибки в хореографии движений. Неоправданные ошибки в согласовании движений с музыкой. Недостаточно четкое взаимодействие партнеров в одной из частей танца	8-12 баллов
Значительные ошибки в знании танца. Значительные ошибки в хореографических движениях. Отсутствие взаимопонимания партнеров в движениях различных частях танца.	4- 7 балла
Плохо выражен рисунок танца, неуверенное исполнение движений. Отсутствие взаимопонимания партнеров в танце.	0-3 балла

**5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.**

## **ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЁТУ**

1. Предмет и задачи музыкально-ритмического воспитания.
2. Место и значение музыкально-ритмического воспитания в системе физического воспитания.
3. Основные средства и методические особенности курса музыкально-ритмического воспитания.
4. Цели и задачи обучения в курсе музыкально-ритмического воспитания.
5. Этапы обучения. Структура занятия музыкально-ритмического воспитания.
6. Принципы обучения упражнениям МРВ.
7. Методы и методические приемы обучения в музыкально-ритмическом воспитании. Основы музыкальной грамоты. Понятия: ритм, темп, такт, затакт. Построение музыкального произведения.
8. Связь упражнений с музыкой.
9. Основные движения в передаче характера музыки и средств музыкальной выразительности.
10. Элементы хореографии. Позиции рук и ног.
11. Музыкальные игры. Краткая характеристика. Методика проведения.
12. Танцевальные упражнения.
13. Упражнения художественной гимнастики.
14. Методические указания к проведению занятий.
15. Особенности методики проведения занятий МРВ с учетом возрастной группы (средний, пожилой контингент).

## **ПРИМЕР ЗАДАНИЙ ДЛЯ ТЕСТИРОВАНИЯ**

### **1. Что такое мелодия?**

- а) напев
- б) музыкальное чувство
- в) музыкальная мысль
- г) музыкальное произведение

### **2. Что такое такт?**

- а) часть музыкального произведения
- б) удар по клавишам
- в) прикосновение
- г) отрезок музыкального произведения

### **3. Какие танцы имеют музыкальный метрический размер три четверти ( $\frac{3}{4}$ )?**

- а) полька
- б) русский
- в) мазурка
- г) галоп

### **4. Какая из названных позиций ног относится к народному танцу?**

- а) четвертая
- б) пятая
- в) шестая
- г) первая

**5. Какие позиции ног не вырабатывают «выворотность»?**

- а) первая
- б) вторая
- в) пятая
- г) шестая

**6. Какого поворота нет в ритмике?**

- а) переступанием
- б) скрестный
- в) одноименный согнув одну ногу вперед
- г) круговой

**7. Какой предмет не относится к муз. ритмическому воспитанию?**

- а) обруч
- б) мяч
- в) скакалка
- г) палка

**8 . Указать до какого уровня тела должен доходить обруч у гимнастки**

- а) до середины бедра
- б) до подвздошной кости
- в) до талии
- г) до груди

**9. Как называется позиция рук в классической хореографии, когда руки подняты над головой, ладонями внутрь, локти округлены, кисти рук являются продолжением руки и направлены внутрь, между пальцами левой и правой рук 5 см**

- а) первая
- б) вторая
- в) третья
- г) пятая

**10 . Какое упражнение не относится к предмету «мяч»?**

- а) «восьмерка»
- б) бросок
- в) отбив
- г) «вертушка»

**11 . Какое упражнение не относится к предмету «обруч»?**

- а) вращение
- б) кат
- в) жонглирование
- г) прыжок

**12 . Какое упражнение не относится к предмету скакалка?**

- а) прыжок с междускоком
- б) прыжок «касаясь»
- в) прыжок «скрестно»
- г) прыжок «сальхов»

**13 . Где в музыкальном произведении ставится музыкальный метрический размер?**

- а) после "замка"
- б) после "ключа"

- в) после "петли"
- г) после "цезуры»

**14 . Как называется прыжок из V позиции в V позицию?**

- а) ассамбле
- б) жэте
- в) глиссад
- г) пассе

**15 . Укажите правильное название мелодии**

- а) извилистая
- б) волнообразная
- в) скачкообразная
- г) прерывистая

**16 . Назовите медленный темп исполнения музыки?**

- а) vivo (виво)
- б) moderato (модерато)
- в) adagio (адажио)
- г) presto (престо)

**17 . Назовите быстрый темп исполнения музыки?**

- а) аллегretto
- б) аллегро
- в) анданте
- г) андантино

**18 . Какая страна является родиной танца "Полька"?**

- а) Польша
- б) Германия
- в) Литва
- г) Чехия

**19 . Какая страна является родиной "Вальса"?**

- а) Германия
- б) Франция
- в) Австрия
- г) Словения

**20 . Где зародился танец "Мазурка"?**

- а) Белоруссия
- б) Россия
- в) Польша
- г) Дания

**21. Как называется оборудование в гимнастическом зале для выполнения хореографических упражнений?**

- а) балка
- б) опора
- в) станок
- г) рейка

## **ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ**

1. Анализ и пути устранения характерных ошибок при обучении двигательным действиям с музыкальным сопровождением.
2. Исследование причин возникновения неправильной техники выполнения танцевальных элементов школьной польки и пути их устранения.

3. Исследование средств и методов музыкальной выразительности.
4. Методы и приемы обучения в музыкально-ритмической подготовке, этапы обучения.
5. Реализация принципов в обучении музыкально-ритмическим упражнениям.
6. Технология обучения двигательным действиям.
7. Методические особенности обучения движениям с музыкальным сопровождением.
8. Воспитание морально-волевых, эстетических качеств, развитие двигательной памяти, мышления, внимания.
9. Методические приемы и способы формирования правильной осанки.
10. Методика обучения проведению, подбору и последовательности различных заданий с музыкальным сопровождением.
11. Использование специальных упражнений, построенных на связи движений с музыкой.
12. Методика обучения вальсовому шагу.

### **ПРИМЕРНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ УСТНОГО ОПРОСА**

1. Методика обучения русским танцевальным шагам.
2. Организация и проведение ритмической гимнастики.
3. Воспитание музыкальности, ритмичности, художественного вкуса.
4. Основы теории музыки
5. Хореографические упражнения на середине зала
6. Хореографические упражнения у опоры
7. Специальные упражнения художественной гимнастики
8. Упражнения художественной гимнастики без предметов
9. Упражнения художественной гимнастики с предметами (обруч, мяч, лента, скакалка, булавы)
10. Урок музыкально-ритмического воспитания в школе.
11. Основы музыкальной грамоты и ее специфика в оздоровительных видах гимнастики.
12. Требования к безопасности занятий по музыкально – ритмическому воспитанию.

### **ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ДЛЯ НАПИСАНИЯ КОНСПЕКТА УРОКА**

1. План-конспект занятия по ритмике «Танцевальные шаги и подскоки».
2. План-конспект занятия по ритмике «Обучение упражнениям с предметами».
3. План-конспект занятия по ритмике «Обучение упражнениям без предмета».
4. План-конспект занятия по ритмике «Партерный экзерсис для развития гибкости» и др.

### **ПРИМЕРНЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ:**

#### **КОМПЛЕКС МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧЕСКИХ ИГР**

1. «ПЕРЕДАЙ РИТМ»  
Цель: развивать ритмическое восприятие и музыкальную память.
2. «НАЧИНАЕМ ПЕРЕПЛЯС» муз. М.Соснина  
Цель: развивать чувство ритма, умение согласовывать пение с движением.
3. «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ КОМПОЗИЦИЯ»  
Цель: развитие воображения, импровизации, умения двигаться в такт музыке.
4. «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ КОМПОЗИЦИЯ»  
Цель: развитие воображения, импровизации, умения двигаться в такт музыке.
5. «ТАНЦЕВАЛЬНАЯ КОМПОЗИЦИЯ»
6. Цель: развитие воображения, импровизации, умения двигаться в такт музыке.

## СЛУШАНИЕ ПОДОБРАННОГО МУЗЫКАЛЬНОГО ПРОИЗВЕДЕНИЯ И ЕГО АНАЛИЗ

Примерные музыкальные произведения для прослушивания:

1. Л.В.Бетховен. Соната № 14 «Лунная».
2. Л.В.Бетховен. «Патетическая соната» № 8.
3. В.А.Моцарт «Турецкий марш».
4. Н.Римский-Корсаков. «Полёт Шмеля».
5. П.Чайковский «Старинная французская песенка».
6. Ф.Шуберт «Приют» из цикла «Лебединая песнь».
7. Ф.Шопен «Желание».
8. А.Абаза «Утро туманное».
9. В Борисов «Звёзды на небе» и др.

Примерные вопросы для анализа прослушанного музыкального произведения:

1. Чем прекрасно выбранное произведение, чем оно нравится?
2. Из каких частей состоит это произведение?
3. К инструментальной или вокальной музыке оно относится?
4. Укажите название солирующего инструмента, вид оркестра, тембр голоса солиста (понятия и термины: народный, симфонический, джаз; бас, баритон, тенор, контральто, меццо-сопрано, сопрано).
5. Какая часть (или все произведение) произвела самое сильное впечатление? Что в ней привлекло: мелодия (какая она), ритм (определите его), сила звука или что-то еще?
6. Тема, идея, сюжет - как они выражены в музыке?
7. С чем можно сравнить данное произведение?
8. Какие чувства или ассоциации вызывает эта музыка?
9. Ради чего написано это произведение, что хотел сообщить, выразить или изобразить композитор?

## ПРИМЕРНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ С ПРЕДМЕТАМИ

1. Упражнение с мячом.
2. Упражнение с обручем.
3. Упражнение со скакалкой.

## ВЫПОЛНЕНИЕ ИСТОРИЧЕСКИХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ

1. «Полька».
2. «Галоп».
3. «Мазурка».
4. «Русский танец».
5. «Фигурный вальс».

## ВЫПОЛНЕНИЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ, ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СВЯЗОК, ПРЫЖКОВ, ПОВОРОТОВ И РАВНОВЕСИЙ.

### 1. Танцевальные шаги:

- «приставной шаг»;
- «переменный шаг»;
- «шаг польки» (вперёд и назад);
- «шаг галопа» (вперёд, в сторону, с поворотом);
- «женский шаг мазурки»;

- «мужской шаг мазурки»;
- «шаг вальса» (вперёд, назад, с поворотом);

## 2. Танцевальные связки:

- «русская связка»;
- «вальсовая связка».

## 3. Прыжки:

- глиссад – скользящий прыжок с одной на другую;
- открытый, закрытый;
- прыжок со сменой ног (спереди, сзади);
- перекидной прыжок;
- жэтэ – прыжок из V позиции в V со сменой положения ног

## 4. Повороты:

- поворот «одноименный» на 180° и 360°;
- поворот на одной, другую назад;
- поворот согнув ногу вперед.

## 5. Равновесия:

- равновесие «ласточка»;
- равновесие в приседе на одной другую вперед на 90° и выше – «пистолет».

## **ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯ НА СОГЛАСОВАНИЕ ДВИЖЕНИЙ С МУЗЫКОЙ**

Совершенствовать у студентов навык в подборе музыкальных произведений для упражнений, выполняемых с различной амплитудой.

«Переменный шаг» выполняется в медленном темпе, умеренном и быстром.

## **5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.**

### **Шкала оценивания зачёта**

<b>Критерии</b>	<b>Количество баллов</b>
Ответ правильный, полное раскрытие вопроса.	17-20 баллов
Ответ правильный, полный, допускаются мелкие неточности, не влияющие на существо ответа.	13-16 баллов
Ответ в целом правильный, но не совсем полный. Допускаются мелкие неточности и не более двух ошибок, которые студент может исправить самостоятельно.	8- 12 баллов
Ответ в целом правильный, но не полный, поверхностный. Ошибки и неточности, допущенные при ответе, студент может исправить после наводящих вопросов.	4-7 баллов
Ответ неверный. После наводящих вопросов никаких исправлений не дано.	0-3 балла

## **Итоговая шкала оценивания результатов освоения дисциплины**

Итоговая оценка по дисциплине выставляется по приведенной ниже шкале. При выставлении итоговой оценки преподавателем учитывается работа обучающегося в течение освоения дисциплины, а также оценка по промежуточной аттестации.

Количество баллов	Оценка по традиционной шкале
81-100	Зачтено
61-80	Зачтено
41-60	Зачтено
0-40	Не зачтено

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

### а) основная литература:

1. Борисова В. В. Гимнастика: ритмическая гимнастика [Электронный ресурс] /В.В.Борисова, Т.А.Шестакова. -Тула: ТГПУ им. Л. Н. Толстого, 2011.-66с. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=230701&sr=1>
2. Гимнастика [Текст] : учебник для вузов / Журавин М.Л.,ред. - 7-е изд.,стереотип. - М. : Академия, 2010. - 448с.

### б) дополнительная литература:

1. Боброва Г.А. Художественная гимнастика в школе [Текст]. -М.: ФиС., 1978.
2. Боброва Г.А. Кружок художественной гимнастики в начальной школе [Текст].- М.: ФиС,1980.
3. Баршай В.М. Гимнастика [Текст] : учебник /В.М.Баршай,В.Н.Курысь, И.Б.Павлов.-Ростов-на-Дону: Феникс,2009.-314с.
4. Вахромеев В.А. Элементарная теория музыки [Электронный ресурс] - М.: 1961. — 244 с. : – Режим доступа: <https://sheba.spb.ru/za/teoria-muzyki-1961.pdf>
5. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца [Электронный ресурс] : учеб.пособие для вузов.-М.:Владос,2004-205с. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/file/552581/>
6. 5. Винер И.А. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики /И.А.Винер, Н.М.Горбулина, О.Д.Цыганкова : метод.пособие.- М: Просвещение, 2012. -200с. – Режим доступа: <http://academyviner.com/garmonichnoe-razvitie-detey-s>
7. . Карпенко Л.А. Методика оценки и развития физических способностей у занимающихся художественной гимнастикой [Текст]: учеб.пособие . Л.А. Карпенко, И.А. Винер, В.А. Сивицкий. - М, 2007. - 76 с.
8. . Кечеджиева Л. Обучение детей художественной гимнастике [Текст] /Л.Кечеджиева, М.Ванкова, М.Чипрянова .-М.: ФиС., 1985.
9. 8. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика [Текст] : учеб.пособие. - М.: Просвещение, 1989.
10. . Тучкина З.Г. Содержание и методические указания практического раздела курса музыкально-ритмического воспитания на факультете физического воспитания педагогических институтов [Текст]: учеб. пособие для вузов.-М.: 1969.
11. Лисицкая Т.С.. Хореография в гимнастики [Текст].-М.: ФиС., 1984.
12. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений [Текст] : учеб. пособие.-М: Терра- спорт, 2002.-512 с.

13. Винер И.М. Художественная гимнастика : теория и методика [Текст]. - М.: Человек, 2015. - 120 с.
14. Электронно-библиотечная система Лань <https://e.lanbook.com>
15. ООО «Электронное издательство Юрайт» <https://urait.ru>

## **7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ.**

- 1) Методические рекомендации по практическим занятиям. Авторы-составители: Сулим А.С, Брызгалова Р.М.
- 2) Методические рекомендации «самостоятельная работа студентов». Авторы-составители: Сулим А.С, Брызгалова Р.М.

## **8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ.**

### **Лицензионное программное обеспечение:**

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

### **Информационные справочные системы:**

Система ГАРАНТ

Система «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

[fgosvo.ru](http://fgosvo.ru) – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

[pravo.gov.ru](http://pravo.gov.ru) - Официальный интернет-портал правовой информации

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – Федеральный портал Российское образование

Свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей)

7-zip

Google Chrome

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: учебной мебелью, доской, демонстрационным оборудованием, персональными компьютерами, проектором;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной

техникой с возможностью подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.