

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Наумова Наталия Александровна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 10.12.2024 16:08:55  
Уникальный программный ключ:  
6b5279da4e034bffa79172803da5b9b559f669e1

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 20 23 г.

  
/Кулищенко И.В./

**Рабочая программа дисциплины**

Музыкально-ритмическое воспитание

**Направление подготовки**

49.03.01 Физическая культура

**Профиль:**

Спортивная подготовка в детско-юношеском спорте

**Квалификация**

Бакалавр

**Форма обучения**

Очная

Согласовано учебно-методической комиссией  
факультета физической культуры

Протокол « 29 » 06 2023 г. № 4

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, гимнастики и единоборств

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.....                     | 7  |
| 5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине..... | 9  |
| 6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....                                 | 27 |
| 7. Методические указания по освоению дисциплины.....                                           | 27 |
| 8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....    | 28 |
| 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....                                         | 28 |

## **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:**

- научить осуществлять свою работу с учащимися различной подготовленности.
- изучить практический материал: танцевальные шаги, танцевальные связки, прыжки, повороты, равновесия, упражнения с предметами;
- изучить основы теории музыки;
- привить профессиональные педагогические навыки в составлении и проведении танцевальных упражнений и упражнений с предметами.
- приобретение опыта самостоятельной организации индивидуальной или групповой музыкально-ритмической деятельности, в досуговых или коррекционных целях.

### **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.

При её освоении необходимы знания, умения и компетенции, полученные в результате изучения других дисциплин: анатомия и морфология человека, физиология двигательной деятельности человека, гимнастика.

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

## **3. ОБЪЁМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### 3.1. Объём дисциплины

| Показатель объема дисциплины                        | Форма обучения |
|-----------------------------------------------------|----------------|
|                                                     | Очная          |
| Объем дисциплины в зачетных единицах                | 2              |
| Объем дисциплины в часах                            | 72             |
| <b>Контактная работа:</b>                           | 32.2           |
| Лекции                                              | 6              |
| Практические занятия                                | 26             |
| из них, в форме практической подготовки             | 26             |
| <b>Контактные часы на промежуточную аттестацию:</b> | 0.2            |
| Зачет                                               | 0.2            |
| Самостоятельная работа                              | 32             |
| Контроль                                            | 7.8            |

**Форма промежуточной аттестации:** зачёт во 2 семестре.

### 3.2.Содержание дисциплины по очной форме обучения

| Наименование разделов (тем)<br>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 художественной гимнастики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |                      |                                         |
| Тема 1. Хореография и художественная гимнастика в занятиях                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                      |                                         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |    |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|----|
| <p><b>по музыкально-ритмическому воспитанию.</b> Особенности хореографии в гимнастике, характеристика средств, применяемых на занятиях 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 полуакробатические 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 | 10 | 10 |
| <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.</p> <p><u>Упражнения с мячом.</u> Способы удержания мяча, броски и ловля, удары и отбивы, перекаты, выкруты, скатывание, «восьмерка».</p> <p><u>Упражнения с обручем.</u> Хваты, повороты, вращения, броски и ловля, прыжки в обруч и через него, маховые движения, перекаты, качание, «восьмерка».</p> <p><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 (внутрь и наружу), «восьмерки», броски и ловля, прыжки через вращающуюся ленту, бросок ленты и ловля её за палочку и за дальний конец.</p> | 2 | 10 | 10 |
| <p><b>Тема 3. Методика проведения занятия по музыкально-ритмическому воспитанию.</b> Изучение классических позиций ног и рук. Изучение классического экзерсиса. Принципы построения занятия 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.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 1 | 4  | 4  |
| <b>Итого:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 6 | 26 | 26 |

## ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

| Тема                                                                                             | Задания на практическую подготовку                                                                                                                                   | Количество часов |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Элементы музыкальной выразительности.</b>                                                     | Выполнение упражнения на согласование движений с музыкой «Переменный шаг» (в медленном, умеренном и быстром темпе). Слушания музыкального произведения и его анализ. | 2                |
| <b>Хореография и художественная гимнастика в занятиях по музыкально-ритмическому воспитанию.</b> | Выполнение исторических бальных танцев: «Полька», «Галоп», «Мазурка», «Русский», «Фигурный вальс»). Составление комплекса музыкально-ритмических игр.                | 10               |
| <b>Основы обучения упражнениям с предметами.</b>                                                 | Выполнение упражнений с предметами (мяч, обруч, скакалка).                                                                                                           | 10               |
| <b>Методика проведения занятия по музыкально-ритмическому воспитанию.</b>                        | Выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий.                                                                                 | 4                |
| <b>Итого:</b>                                                                                    |                                                                                                                                                                      | <b>26</b>        |

## 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

| Темы для самостоятельного изучения                                                                   | Изучаемые вопросы                                                                                                                     | Кол-во часов | Формы самостоятельной работы                                          | Методическое обеспечение                   | Формы отчетности                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| Использование средств музыкальной выразительности в занятиях по музыкально – ритмическому воспитанию | 1.Выполнение упражнения на согласование движений с музыкой "Переменный шаг" (муз. размер 4/4) (в медленном, умеренном, быстром темпе) | 2            | Подготовка к выполнению упражнения на согласование движений с музыкой | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Выполнение упражнения на согласование движений с музыкой |

|                                                     |                                                                                                   |    |                                                                                                                                                                                                            |                                            |                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     | 2.Выполнение двигательных действий в соответствии с повышением и понижением музыкального звучания |    | Подготовка к прослушиванию музыкального произведения и его анализу.                                                                                                                                        | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Слушание музыкального произведения и его анализ                                                                                                                      |
|                                                     | 3.Игры музыкального или танцевального характера                                                   | 4  | Подготовка комплекса музыкально-ритмических игр                                                                                                                                                            | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Комплекс музыкально-ритмических игр                                                                                                                                  |
| Совершенство вание специальных технических действий | 1.Выполнение упражнений на развитие специальных физических качеств у хореографического станка.    | 4  | Подготовка конспекта учебно-тренировочного занятия. Подготовка реферата. Подготовка к тестированию                                                                                                         | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Конспект учебно-тренировочного занятия. Реферат. Тестирование.                                                                                                       |
|                                                     | 2.Выполнение упражнений с предметами (мяч, обруч, скакалка).                                      | 8  | Подготовка к выполнению упражнений с предметами                                                                                                                                                            | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Выполнение упражнений с предметами                                                                                                                                   |
|                                                     | 3.Выполнение танцевальных упражнений.                                                             | 14 | Подготовка к выполнению танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий. Подготовка к выполнению исторических бальных танцев, Подготовка конспекта учебно-тренировочного занятия. | Учебно-методическое обеспечение дисциплины | Выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий. Выполнение исторических бальных танцев. Конспект учебно-тренировочного занятия. |
|                                                     | ИТОГО:                                                                                            | 32 |                                                                                                                                                                                                            |                                            |                                                                                                                                                                      |

## **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>                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| ДПК – 5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.                                    | 1. Работа на учебных занятиях<br>2. Самостоятельная работа |
| ДПК – 6. 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<br>2. Самостоятельная работа |

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

| <b>Оцениваемые компетенции</b> | <b>Уровень сформированности</b> | <b>Этап формирования</b>                                 | <b>Описание показателей</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Критерии оценивания</b>                                     | <b>Шкала оценивания</b>                                                                                                |
|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ДПК – 5                        | Пороговый                       | 1.Работа на учебных занятиях<br>2 Самостоятельная работа | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описывает варианты применения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания в практической деятельности</li> <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>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.</li> </ul> | Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, | Шкала оценивания тестирования<br>Шкала оценивания реферата<br>Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия |

|  |             |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--|-------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Продвинутый | 1. Работа на учебных занятиях<br>2 Самостоятельная работа | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- примеры наиболее эффективных способов решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составляет на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания с учетом, индивидуальных и групповых особенностей занимающихся.</li> <li>- Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно современным требованиям к проведению уроков (занятий) по физической культуре.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Использует в ходе урока (занятия) оригинальные методики обучения, развития и воспитания.</li> </ul> | Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, практическая подготовка ( слушание музыкального произведения и его анализ, комплекс музыкально-ритмических игр, выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий, выполнение упражнения на согласование движений с музыкой, выполнение упражнений с предметами, выполнение исторических балльных танцев) | <p>Шкала оценивания тестирования</p> <p>Шкала оценивания реферата</p> <p>Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия</p> <p>Шкалы оценивания практической подготовки:</p> <p>(Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ</p> <p>Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр</p> <p>Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий</p> <p>Шкала оценивания выполнения упражнения на согласование движений с музыкой</p> <p>Шкала оценивания выполнения упражнений с предметами</p> <p>Шкала оценивания</p> |
|--|-------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|         |             |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                             |                                                                                                                        |
|---------|-------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         |             |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                             | выполнения исторических балльных танцев)                                                                               |
| ДПК – 6 | Пороговый   | 1.Работа на учебных занятиях<br>2 Самостоятельная работа | Знать:<br>- основные плановые документы.<br>- основные отчеты о проведении спортивных соревнований<br>- смета проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях.<br>Уметь:<br>- составляет текущие (составление поурочных планов-графиков, журнал учета посещаемости, план-конспект и т.д.) и перспективные планы (годовой учебный план, учебный план-график).<br>- составляет основные отчеты о проведении спортивных соревнований<br>- применяет навыки по составлению плановых документов во время прохождения практики.<br>Владеть:<br>- навыками по составлению текущих и перспективных планов (применительно к конкретным «производственным» задачам) | Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия,              | Шкала оценивания тестирования<br>Шкала оценивания реферата<br>Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия |
|         | Продвинутый | 1.Работа на учебных занятиях<br>2 Самостоятельная        | Знать:<br>- основные плановые документы.<br>- основные отчеты о проведении спортивных                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, практическая | Шкала оценивания тестирования<br>Шкала оценивания реферата                                                             |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>работа</p> <p>соревнований<br/>- смета проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях.<br/>Уметь:<br/>- составлением смета проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях.<br/>- проводит физкультурно-спортивные мероприятия соответствии плана и привлекает СМИ, спонсоров, органы управления ФК города, района и т.д.<br/>Владеть:<br/>- навыки при организации физкультурно-спортивных мероприятий различного уровня.<br/>- навыком составлением полного перечня отчетной документации и проводит физкультурно-оздоровительные мероприятия</p> | <p>подготовка (слушание музыкального произведения и его анализ, комплекс музыкально-ритмических игр, выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий, выполнение упражнения на согласование движений с музыкой, выполнение упражнений с предметами, выполнение исторических бальных танцев)</p> | <p>Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия<br/>Шкалы оценивания практической подготовки:<br/>(Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ<br/>Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр<br/>Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий<br/>Шкала оценивания выполнения упражнения на согласование движений с музыкой<br/>Шкала оценивания выполнения упражнений с предметами<br/>Шкала оценивания выполнения исторических бальных танцев)</p> |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Описание шкал оценивания

### Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия

| Критерии                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Количество баллов |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 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

| Критерии                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Количество баллов |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 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 тестирования

| количество правильных ответов | количество баллов |
|-------------------------------|-------------------|
| 19 и больше                   | 10                |
| 15-18                         | 7                 |
| 11-14                         | 4                 |
| меньше 10                     | 0                 |

## Шкалы оценивания практической подготовки

### Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр

#### Оценивается:

- знание правил игры и умение соблюдать их в её процессе;
- умение целесообразно и согласованно действовать в игре;
- умение использовать в определённых игровых ситуациях знакомые двигательные действия.

| Критерии                                                                                                                                                                                                                                                                       | Количество баллов |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Студент точно соблюдает правила игры, целесообразно применяет представленные игры поставленным целям и задачам урока, четко объясняет правила игры, объясняет и соблюдает технику безопасности, согласует работу детей в команде, проявляет творческую двигательную активность | 5 баллов          |
| Студент допускает не более двух мелких ошибок, проявляемых в небольшом отклонении от целесообразного использования игр, поставленных целей и задач, но не оказывающих явно отрицательного влияния                                                                              | 4 балла           |
| Студент допускает одну-две существенные ошибки, которые проявляются в нецелесообразном использовании игр, несогласованности детей в игре, плохо объясняет правила игры, не соблюдает правила безопасности                                                                      | 2-3 балла         |
| Студент допускает три и более существенные ошибки                                                                                                                                                                                                                              | 0-1 балл          |

### 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.

#### Критерии оценки:

| Требования к критерию                                                                                                                                             | Количество баллов |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 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 выразительности раскрыты недостаточно, допустимы несколько наводящих вопросов учителя                         | 2 балла           |
| Ответ обнаруживает незнание и непонимание учебного                                                                                                                | 1 балл            |

|                                                                                        |          |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| материала                                                                              |          |
| Ответ не дан ни на один из пунктов анализа музыкального произведения, отказ от ответа. | 0 баллов |

**Шкала оценивания упражнения на согласование движений с музыкой**

| <b>Требования к критерию</b>                                                                                                                                    | <b>Количество баллов</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Упражнение выполняется с хорошей осанкой: спина прямая, носки ног оттянуты, хорошая координация движений. Все движения согласуются с музыкальным сопровождением | 5 баллов                 |
| Упражнение 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**

| <b>Требования к критерию</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Количество баллов</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Правильная осанка, хорошая координация движений. Легкое выразительное исполнение. Оттянутые носки, вытянутые колени.<br>В упражнении «прыжки» – четкое техничное исполнение с хорошей амплитудой, ярко выражена «форма» прыжка и момент «зависания»<br>В упражнении «повороты» – умение держать прямую спину, сохранять равновесие и скорость вращения.<br>В упражнении «равновесия» – уметь держать четкое устойчивое равновесие | 5 баллов                 |
| Слегка нарушена осанка, не оттянуты носки ног и согнуты колени.<br>В <u>прыжках</u> – слегка нарушена «форма» прыжка.<br>В <u>поворотах</u> – слегка нарушена вертикаль туловища при вращениях, нарушен темп вращения.<br>В <u>равновесиях</u> – легкое пошатывание при выполнении упражнения                                                                                                                                     | 4 балла                  |
| Значительно нарушена осанка. Небрежное тяжелое исполнение.<br>В <u>прыжках</u> – недостаточно ярко выражена «форма» прыжка.<br>В <u>поворотах</u> – значительно нарушена вертикаль во время вращений, «недоворот» на 45°.<br>В <u>равновесиях</u> – незначительная потеря равновесия                                                                                                                                              | 2-3 балла                |
| Ярко выраженное нарушение осанки, плохо скоординированные движения.<br>В <u>прыжках</u> – тяжелое исполнение. Плохо выраженная «форма» прыжка.<br>В <u>поворотах</u> – подскоки во время вращений. Вращение на всей стопе, «недоворот» на 90°.<br>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 «касясь»
- 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) пасса

**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.
13. Методика обучения русским танцевальным шагам.
14. Организация и проведение ритмической гимнастики.
15. Воспитание музыкальности, ритмичности, художественного вкуса.
16. Основы теории музыки
17. Хореографические упражнения на середине зала
18. Хореографические упражнения у опоры
19. Специальные упражнения художественной гимнастики
20. Упражнения художественной гимнастики без предметов
21. Упражнения художественной гимнастики с предметами (обруч, мяч, лента, скакалка, булавы)
22. Урок музыкально-ритмического воспитания в школе.
23. Основы музыкальной грамоты и ее специфика в оздоровительных видах гимнастики.
24. Требования к безопасности занятий по музыкально – ритмическому воспитанию.

### **ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ДЛЯ НАПИСАНИЯ КОНСПЕКТА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ**

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 ПО ПРАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ:**

### **ПРИМЕРНЫЙ 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?

## **ПЕРЕЧЕНЬ УПРАЖНЕНИЙ С ПРЕДМЕТАМИ**

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

## **ПЕРЕЧЕНЬ ИСТОРИЧЕСКИХ БАЛЬНЫХ ТАНЦЕВ**

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

5. «Фигурный вальс».

**ПЕРЕЧЕНЬ 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 "ПЕРЕМЕННЫЙ ШАГ".**

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.**

Формами текущего контроля являются тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, практическая подготовка (слушание музыкального произведения и его анализ, комплекс музыкально-ритмических

игр, выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий, выполнение упражнения на согласование движений с музыкой, выполнение упражнений с предметами, выполнение исторических балльных танцев).

Максимальное количество баллов, которое может набрать обучающийся в течение семестра за текущий контроль, равняется 80 баллам.

Максимальное количество баллов, которые обучающийся может получить на зачете, равняется 20 баллам.

Формой промежуточной аттестации является зачет, который проходит в форме устного собеседования по вопросам.

#### **Шкала оценивания зачёта**

| Баллы | Критерии оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 20    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий;</li> <li>- обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные;</li> <li>- излагает материал последовательно и правильно</li> </ul> |
| 15    | дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки в 20 баллов, но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.                                                                                                                                                                                                             |
| 10    | обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: <ul style="list-style-type: none"> <li>- излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил;</li> <li>- не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры;</li> <li>- излагает материал непоследовательно</li> </ul>                 |
| 5     | обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Отмечаются такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.                                            |

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

Итоговая оценка по дисциплине формируется из суммы баллов по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации и выставляется в соответствии с приведенной ниже таблицей.

| Баллы, полученные обучающимися в течение освоения дисциплины | Оценка по дисциплине |
|--------------------------------------------------------------|----------------------|
| 41 – 100                                                     | Зачтено              |
| 0 - 40                                                       | Не зачтено           |

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

### **6.1. Основная литература**

1. Баршай, В.М. Гимнастика : учебник для вузов / В. М. Баршай, В. Н. Курьсь, И. Б. Павлов. - 3-е изд. - М. : Кнорус, 2019. - 312с. – Текст: непосредственный.

2. Лисицкая, Т.С. Хореография в гимнастике : учеб.пособие для вузов. - 2-е изд. - М. : Юрайт, 2019. - 242с. – Текст: непосредственный.
3. Мороз, Т. И. Методика преподавания ритмики : учебное пособие для вузов / Т. И. Мороз, Н. В. Поморцева. — 2-е изд. — Москва : Юрайт, 2022. — 124 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/497189>

## **6.2. Дополнительная литература**

1. Лебедихина, Т. М. Гимнастика: теория и методика преподавания : учеб. пособие. — Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2017. — 112 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/106358.html>
2. Теория и методика художественной гимнастики. Подготовка спортивного резерва : учеб. пособие / Р. Н. Терехина, И. А. Винер-Усманова, Е. Н. Медведева [и др.]. — Москва : Спорт 2018. — 360 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/77243.html>
3. Теория и методика художественной гимнастики: «волны» : учеб. пособие /Р. Н. Терехина, И. А. Винер-Усманова, Е. Н. Медведева [и др.]. — Москва : Спорт, 2020. — 152 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/94131.html>
4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика. — Саратов : Вузовское образование, 2019. — 33 с. — Текст : электронный. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87585.html>

## **6.3. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».**

1. <http://www.rsl.ru>
2. <http://www.nlr.ru>
3. <http://lib.sportedu.ru>
4. <http://library.ru>
5. <http://www.balletmusic.ru>

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

1. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы по дисциплинам
2. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

## **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 подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.