

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Наумова Наталья Александровна

Должность: Ректор

Дата подписания: 14.08.2026 16:54:58

Уникальный программный ключ:

6b5279da4e034bff679172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования

«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»

(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта

Кафедра спортивных дисциплин

Согласовано

деканом факультета физической культуры

и спорта

«18» марта 2026 г.


Кулишенко И.В./

Рабочая программа дисциплины

Музыкально-ритмическое воспитание

Направление подготовки

49.03.01 Физическая культура

Профиль:

Спортивная тренировка

Квалификация

Бакалавр

Форма обучения

Заочная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета физической
культуры и спорта

Протокол «13» марта 2026 г. № 7

Председатель УМКом


/Крякина Е.В./

Рекомендовано кафедрой спортивных
дисциплин

Протокол от «27» февраля 2026 г. № 6

Зав. кафедрой


/Антипов А.В./

Москва

2026

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) 2026

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
	Заочная
Объём дисциплины в зачетных единицах	2
Объём дисциплины в часах	72
Контактная работа:	14,2
Лекции	4
Практические занятия	10
Из них в форме практической подготовки	10
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0.2
Зачет	0,2
Самостоятельная работа	50
Контроль	7,8

Форма промежуточной аттестации: зачёт в 1 семестре.

3.2.Содержание дисциплины

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	1	2	2

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).			
Раздел II. Техника обучения танцевальным упражнениям и упражнениям художественной гимнастики.			
Тема 1. Хореография и художественная гимнастика в уроках музыкально-ритмического воспитания. 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.	1	3	3
Тема 2. Основы обучения упражнениям с предметами. 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.	1	2	2
Тема 3. Методика проведения урока по музыкально-ритмическому воспитанию. Изучение классических позиций ног и рук. Изучение классического экзерсиса. Принципы построения урока по музыкально-ритмическому воспитанию.	1	3	3

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.			
Итого:	4	10	10

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 бальных 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 бальных танцев	7	3

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Кол-во часов	Формы самостоятельной работы	Методическое обеспечение	Формы отчётности
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)	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	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	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.	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).	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.	8	изучение теоретического материала дисциплины с использованием Интернет-ресурсов ,методических разработок,	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Реферат, устный опрос

			специальной учебной и .научной литературы		
Итого		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.

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ДПК-5. Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.	1.Работа на учебных занятиях 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 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	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания Уметь: - 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	Знать: - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания. - положения общих теоретических, возрастных и организационных основ физического воспитания Уметь: - 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

			- 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. Владеть: - высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.		
ДПК-6	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2 Самостоятельная работа	Знать: - основные плановые документы. - основные отчеты о проведении спортивных соревнований - смету проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях. Уметь: - 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.	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	Знать: - основные плановые документы. - основные отчеты о проведении спортивных соревнований - смету проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях. Уметь: - 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. Владеть: - 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

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 УСТНОГО ОПРОСА

Требования к критерию	Количество баллов
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

количество правильных ответов	количество баллов
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.

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	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)

Требования к критерию	Количество баллов
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

Требования к критерию	Количество баллов
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) 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

Критерии	Количество баллов
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 «КонсультантПлюс»

Профессиональные базы данных

fgosvo.ru – Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования

pravo.gov.ru – Официальный интернет-портал правовой информации

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: комплект учебной мебели, доска, технические средства обучения (проектор подвесной, компьютер стационарный - моноблок);

- помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой, подключенной к сети Интернет, обеспеченные доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета. Персональные компьютеры с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду Университета. Доска. Программное

обеспечение: Лицензионное программное обеспечение: Зарубежное: Microsoft Windows, Microsoft Office Отечественное: Kaspersky Endpoint Security Свободно распространяемое программное обеспечение: Зарубежное: Google Chrome, 7-zip Отечественное: ОМС Плеер (для воспроизведения Электронных Учебных Модулей) Информационные справочные системы: система «КонсультантПлюс» Профессиональные базы данных: fgosvo.ru rgavo.gov.ru;

- помещение для самостоятельной работы для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, оснащенное компьютерной техникой, подключенной к сети Интернет, обеспечено доступом к электронно-образовательной среде Университета, Комплект учебной мебели, персональные компьютеры с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду Университета, доска, проектор подвесной;

- в том числе, материально-техническое обеспечение практической подготовки по дисциплине:

- учебная аудитория для проведения учебных занятий, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения: Ковер; зеркало.