

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 25.08.2025 17:58:25
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fca961

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

«19» _____ 2025 г.


/Кулишенко И.В./

Рабочая программа дисциплины

Музыкально-ритмическое воспитание

Направление подготовки

49.03.01. Физическая культура

Профиль:

Спортивная тренировка

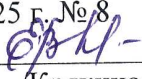
Квалификация

Бакалавр

Формы обучения

Очная, заочная

Согласовано учебно-методической комиссией
Факультет физической культуры и спорта
Протокол «19» марта 2025 г. № 8
Председатель УМКом _____


/Крякина Е.В./

Рекомендовано кафедрой спортивных
дисциплин
Протокол от «24» февраля 2025 г. № 7
Зав. кафедрой _____


/Антипов А.В./

Москва
2025

Авторы-составители:

Сулим А.С.

Старший преподаватель

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 «Элективные дисциплины (модули)» и является элективной.

Год начала подготовки (по учебному плану) 2025

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

В структуре ОП ВО дисциплина «Музыкально-ритмическое воспитание» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений Блока 1 «Элективные дисциплины (модули)» и является элективной.

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

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

3. ОБЪЁМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объём дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения	
	Очная	Заочная
Объем дисциплины в часах	72	
Контактная работа*:	32.2	14.2
Лекции	6	4
Практические занятия	26	10
из них, в форме практической подготовки	26	10
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0.2	0.2
Зачет/зачет с оценкой	0.2	0.2
Самостоятельная работа	32	50
Контроль	7.8	7.8

Форма промежуточной аттестации: зачёт у очной и заочной формы в 1 семестре.

3.2. Содержание дисциплины по очной и заочной формам обучения

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во часов очная/заочная		
	Лекции	Практические занятия	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).	1/0.5	2/-	2/-
Раздел II. Техника обучения танцевальным упражнениям и упражнениям художественной			

гимнастики.			
Тема 1. Хореография и художественная гимнастика в занятиях по музыкально-ритмическому воспитанию. 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 балльный 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.	2/1.5	10/4	10/4
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.	2/1.5	10/4	10/4
Тема 3. Методика проведения занятия по музыкально-ритмическому воспитанию. 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.	1/0.5	4/2	4/2
Итого:	6/4	26/10	26/10

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Тема	Задания на практическую подготовку	Количество часов	
		очное	заочное
Элементы музыкальной выразительности.	Овладеть техникой выполнения упражнения на согласование движений с музыкой «Переменный шаг» (в медленном, умеренном и быстром темпе). Слушания музыкального произведения и его анализ.	4	1
Хореография и художественная гимнастика в занятиях по музыкально-ритмическому воспитанию.	Овладеть техникой выполнения исторических балльных танцев: «Полька», «Галоп», «Мазурка», «Русский», «Фигурный вальс»). Составление комплекса музыкально-ритмических игр.	9	4
Основы обучения упражнениям с предметами.	Овладеть техникой выполнения упражнений с предметами (мяч, обруч, скакалка).	9	4
Методика проведения занятия по музыкально-ритмическому воспитанию.	Овладеть техникой выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий.	4	1
Итого:		26	10

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

ритмическому воспитанию	2.Выполнение двигательных действий в соответствии с повышением и понижением музыкального звучания	2		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	6	Подготовка комплекса музыкально-ритмических игр	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Комплекс музыкально-ритмических игр
Совершенствование специальных технических действий	1.Выполнение упражнений на развитие специальных физических качеств у хореографического станка.	4	10	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	10	Подготовка к выполнению упражнений с предметами	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Выполнение упражнений с предметами
	3.Выполнение танцевальных упражнений.	12	20	Подготовка к выполнению танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий. Подготовка к выполнению исторических балльных танцев, Подготовка конспекта учебно-тренировочного занятия.	Учебно-методическое обеспечение дисциплины	Выполнение танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий. Выполнение исторических балльных танцев. Конспект учебно-тренировочного занятия.
	ИТОГО:	32	50			

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

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

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: Способен использовать в образовательном процессе педагогически обоснованные формы, методы, средства и приемы организации деятельности обучающихся.	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - 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	Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, 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, практическая подготовка.	Шкала оценивания тестирования Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий Шкала оценивания выполнения упражнения на согласование движений с музыкой Шкала оценивания выполнения

			урока (занятия) по физической культуре. Владеть: - высокими показателями эффективности в решении задач физического воспитания.		упражнений с предметами Шкала оценивания практической подготовки
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - примеры наиболее эффективных способов решения задач физического воспитания с различным контингентом занимающихся. Уметь: - составляет на основе программы все виды планов для всех форм физического воспитания с учетом, индивидуальных и групповых особенностей занимающихся. - Проводить все формы физического воспитания во всех видах образовательных учреждений на основе программы по физическому воспитанию, согласно современным требованиям к проведению уроков	Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, 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, практическая подготовка.	Шкала оценивания тестирования Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий Шкала оценивания выполнения упражнения на согласование движений с

			(занятий) по физической культуре. Владеть: - Использует в ходе урока (занятия) оригинальные методики обучения, развития и воспитания.		музыкой Шкала оценивания выполнения упражнений с предметами Шкала оценивания практической подготовки
ДПК – 6: Способен планировать и проводить физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, организовывать досуговую деятельность и активный отдых в организациях различного типа	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - основные плановые документы. - основные отчеты о проведении спортивных соревнований - смета 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	Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, 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, практическая подготовка.	Шкала оценивания тестирования Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий Шкала оценивания выполнения упражнения на согласование

			плановых документов во время прохождения практики. Владеть: - навыками по составлению текущих и перспективных планов (применительно к конкретным «производственным» задачам)		движений с музыкой Шкала оценивания выполнения упражнений с предметами Шкала оценивания практической подготовки
Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях 2. Самостоятельная работа	Знать: - основные плановые документы. - основные отчеты о проведении спортивных соревнований - смета проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях. Уметь: - составлением сметы проведения соревнований, итоговый отчет о проведенных соревнованиях. - проводит физкультурно-спортивные мероприятия соответствии плана и привлекает СМИ, спонсоров, органы управления ФК города, района и т.д. Владеть:	Тестирование, реферат, конспект учебно-тренировочного занятия, 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, практическая подготовка.	Шкала оценивания тестирования Шкала оценивания реферата Шкала оценивания конспекта учебно-тренировочного занятия Шкала оценивания слушания музыкального произведения и его анализ Шкала оценивания комплекса музыкально-ритмических игр Шкала оценивания выполнения танцевальных шагов, танцевальных связок, прыжков, поворотов и равновесий Шкала оценивания выполнения	

			- навыки при организации физкультурно-спортивных мероприятий различного уровня. - навыком составлением полного перечня отчетной документации и проводит физкультурно-оздоровительные мероприятия		упражнения на согласование движений с музыкой Шкала оценивания выполнения упражнений с предметами Шкала оценивания практической подготовки
--	--	--	---	--	--

Описание шкал оценивания

Шкала оценки 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 оценки написания 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

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 материала	1 балл
Ответ не дан ни на один из пунктов анализа музыкального произведения, отказ от ответа.	0 баллов

Шкала оценки 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
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 оценки 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	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°. В <u>равновесиях</u> – незначительная потеря равновесия	2-3 балла
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 оценки 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 оценки практической подготовки
(выполнение 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).

Вопросы по «Основам теории музыки»

1. Что такое мелодия? (определение)
2. Какие бывают мелодии? (назвать мелодии и дать им определение)
3. Что такое музыкальное произведение?
4. Какие темпы вы знаете?
5. Что такое музыкальный метрический размер?
6. Как обозначается музыкальный метрический размер?
7. Какие музыкальные метрические размеры применяются в гимнастике?
8. Что определяется музыкальным метрическим размером?
9. Как дирижируются музыкальные произведения, имеющие различные музыкальные метрические размеры? (Нарисуйте схему и укажите стрелками очередность ваших действий)
10. Что такое музыкальный такт?
11. Как распределяются доли в тактах музыкальных произведениях, имеющих различные музыкальные метрические размеры?
12. Что такое музыкальное произведение?
13. Из каких частей состоит мелодия? (Дайте определение и нарисуйте схему)
14. Какое количество долей должно быть в законченной музыкальной мысли?

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) аллегрето
- 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.

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.

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ДЛЯ НАПИСАНИЯ КОНСПЕКТА ЗАНЯТИЯ ПО РИТМИКЕ

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.

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, 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, практическая подготовка.

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	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; - излагает материал последовательно и правильно
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: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
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>
6. Электронно-библиотечная система Лань <https://e.lanbook.com>
7. ООО «Электронное издательство Юрайт» <https://urait.ru>

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

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

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 – 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: 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.