

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
 Должность: РЕКТОР
 Дата подписания: 14.04.2022 09:39:34
 Уникальный программный ключ:
 9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
ФТД	Ритмическая гимнастика

Код направления подготовки	44.03.05
Направление подготовки	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Преподаватель			Лопашова Анна Фаригатовна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабakov Владислав Ермекбаевич	9	01.07.2019	
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабakov Владислав Ермекбаевич	2	17.09.2020	

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю)	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	10
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	11
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	16
7. Перечень образовательных технологий	17
8. Описание материально-технической базы	18

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Ритмическая гимнастика» относится к модулю части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является факультативной.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 з.е., 36 час.

1.3 Изучение дисциплины «Ритмическая гимнастика» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися дисциплин образовательной программы общего среднего образования.

1.4 Дисциплина «Ритмическая гимнастика» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Методика обучения физической культуре», «Теория и методика гимнастики», «Теория и методика физической культуры», «Физическая культура».

1.5 Цель изучения дисциплины:

Изучение дисциплины «Ритмическая гимнастика» является необходимой основой для формирования специальных компетенций бакалавра физической культуры и для успешного прохождения студентами педагогической практики в образовательных организациях.

1.6 Задачи дисциплины:

1) Формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в области физической культуры и спорта

2) Раскрытие технологии труда преподавателя физической культуры

3) Формирование у студентов знаний и умений по планированию, организации различных форм физкультурно-спортивной и педагогической деятельности и воспитательной работы в коллективе занимающихся

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ПК-2 способен анализировать и оценивать потенциальные возможности обучающихся, их потребности и результаты обучения
	ПК.2.1 Знает способы достижения и оценки образовательных результатов в системе общего и (или) дополнительного образования в соответствии с возрастными и физиологическими особенностями; методы педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных данных
	ПК.2.2 Умеет применять основные методы объективной оценки результатов учебной деятельности обучающихся на основе методов педагогического контроля и анализа
	ПК.2.3 Владеет навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися и (или) дополнительной общеобразовательной программы, в том числе в рамках установленных форм аттестации (при их наличии)
2	УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.
	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.
	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ПК.2.1 Знает способы достижения и оценки образовательных результатов в системе общего и (или) дополнительного образования в соответствии с возрастными и физиологическими особенностями; методы педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных данных	3.3 способы достижения и оценки образовательных результатов в системе общего и (или) дополнительного образования в соответствии с возрастными и физиологическими особенностями; методы педагогической диагностики, принципы и приемы интерпретации полученных данных

2	ПК.2.2 Умеет применять основные методы объективной оценки результатов учебной деятельности обучающихся на основе методов педагогического контроля и анализа	У.2 применять основные методы объективной оценки результатов учебной деятельности обучающихся на основе методов педагогического контроля и анализа
3	ПК.2.3 Владеет навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися и (или) дополнительной общеобразовательной программы, в том числе в рамках установленных форм аттестации (при их наличии)	В.3 навыками организации, осуществления контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися и (или) дополнительной общеобразовательной программы, в том числе в рамках установленных форм аттестации (при их наличии)
1	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.	3.1 роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни. 3.2 Принципы планирования, анализа учебно-познавательной деятельности
2	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.	У.1 использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.
3	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	В.1 средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности В.2 Навыками рациональной организации и проведения занятий по ритмической гимнастике в соответствии с содержанием действующих программ и спецификой контингента занимающихся.

2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Итого часов
	ПЗ	СРС	
Итого по дисциплине	4	28	32
Первый период контроля			
<i>Хореографическая азбука</i>	2	12	14
Основные требования к занимающимся	2	4	6
Танцевальные упражнения		4	4
Ритмико-гимнастические упражнения		4	4
<i>Фигурная маршировка</i>	2	16	18
Виды рисунков, фигур, шагов и ходов	2	4	6
Элементы классического танца		4	4
Элементы народного танца		4	4
Балетная гимнастика		4	4
Итого по видам учебной работы	4	28	32
Форма промежуточной аттестации			
Зачет по факультативу			4
Итого за Первый период контроля			36

**3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ
(РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА
АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

3.1 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Хореографическая азбука	2
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: 3.2 (УК.7.1), У.1 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3) ПК-2: 3.3 (ПК.2.1), У.2 (ПК.2.2), В.3 (ПК.2.3)	
1.1. Основные требования к занимающимся 1.Личностные результаты 2.Метапредметные результаты 3.Регулятивные умения. 4.Познавательные умения. 5.Коммуникативные умения. Учебно-методическая литература: 2	2
2. Фигурная маршировка	2
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: 3.1 (УК.7.1), У.1 (УК.7.2), В.1 (УК.7.3)	
2.1. Виды рисунков, фигур, шагов и ходов 1.Виды рисунков - круг - змейка; - цепочка; - квадрат, - колонна; - шеренга; - диагональ; - зигзаг. 2.Виды фигур: - круг в круге; - «звездочка»; - «воротца»; - сужение и расширение круга. 3.Виды шагов и ходов - танцевальный ход с носка; - шаг с пятки; - приставочный шаг; - шаг на полуприседаниях; - маршевый шаг; - галоп; - легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях; - бег лошадки. Учебно-методическая литература: 1	2

3.2 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Хореографическая азбука	12
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: 3.2 (УК.7.1), У.1 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3) ПК-2: 3.3 (ПК.2.1), У.2 (ПК.2.2), В.3 (ПК.2.3)	

1.1. Основные требования к занимающимся Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1. Личностные результаты 2. Метапредметные результаты 3. Регулятивные умения. 4. Познавательные умения. 5. Коммуникативные умения. Учебно-методическая литература: 6 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
1.2. Танцевальные упражнения Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1. Знакомство с танцевальными движениями. 2. Бег легкий, на полупальцах. 3. Прямой галоп. 4. Маховые движения рук. 5. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. 6. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Учебно-методическая литература: 6	4
1.3. Ритмико-гимнастические упражнения Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1. Общеразвивающие упражнения. (Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). 2. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). 3. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). 4. Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). 5. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. 6. Упражнения на выработку осанки. 7. Упражнения на координацию движений. 8. Упражнение на расслабление мышц. Учебно-методическая литература: 2 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 3	4
2. Фигурная маршировка	16
Формируемые компетенции, образовательные результаты: УК-7: 3.1 (УК.7.1), У.1 (УК.7.2), В.1 (УК.7.3)	

2.1. Виды рисунков, фигур, шагов и ходов Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1.Виды рисунков - круг - змейка; - цепочка; - квадрат, - колонна; - шеренга; - диагональ; - зигзаг. 2.Виды фигур: - круг в круге; - «звездочка»; - «воротца»; - сужение и расширение круга. 3.Виды шагов и ходов - танцевальный ход с носка; - шаг с пятки; - приставочный шаг; - шаг на полуприседаниях; - маршевый шаг; - галоп; - легкий бег с отбрасыванием ног назад, согнутых в коленях; - бег лошадки. Учебно-методическая литература: 6 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
2.2. Элементы классического танца Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1.Постановка корпуса, ног, рук, головы. 2.Постановка стоп. 3.Постановка корпуса, ног у станка (лицом к станку) в полувыворотных позициях. 4.Наклон корпуса вперед, в сторону. 5.Трамплинные прыжки. Учебно-методическая литература: 1	4
2.3. Элементы народного танца Задание для самостоятельного выполнения студентом: - положение рук на поясе; - положения рук в паре (в русском, белорусском танце); - шаг с приставкой; - шаг с подскоком; - притоп одинарный, тройной; - галоп; - подскок; - «ковырялочка»; - гармошка; - полуприсядка с выносом ноги вперед и в сторону; - присядка «мячик»; - хлопки в ладоши; - полька; - простейшие хлопушки; - вращение по точкам класса на месте. Учебно-методическая литература: 1 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

2.4. Балетная гимнастика <i>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</i> 1. Упражнения для развития тела, физических данных. 2. Партерный экзерсис. 3. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. 4. Упражнения для направления мышц спины. 5. Упражнения на укрепление мышц спины. 6. Упражнения на развитие выворотности мышц брюшного пресса. 7. Упражнения на развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов. 8. Упражнения, подготавливающее к классическому экзерсису. Учебно-методическая литература: 1 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
---	---

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
Основная литература		
1	Барышникова Т.А. «Азбука хореографии», М., 2000.	http://www.iprbookshop.ru/56465.html .
2	Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие для студентов средних и высших педагогических учебных заведений.- М.: 1999.	http://www.iprbookshop.ru/74279.html .
3	Овчинникова Т.С. Музыка, движение и воспитание [Электронный ресурс]/ Овчинникова Т.С., Симкина А.А.— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: КАРО, 2011.— 88 с.	http://www.iprbookshop.ru/19450.html
4	Алексанян С.Н. Средства и методы хореографии в танцевальной аэробике [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Алексанян С.Н., Коюмджян Е.Н., Шарина О.А.— Электрон. текстовые данные.— Екатеринбург: Уральский федеральный университет, ЭБС АСВ, 2016.— 112 с.	http://www.iprbookshop.ru/65986.html
5	Мостовая Т.Н. Техника и методика обучения упражнениям классической (базовой) аэробики и спортивных танцев [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Мостовая Т.Н.— Электрон. текстовые данные.— Орел: Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ), 2017.— 57 с.	http://www.iprbookshop.ru/73256.html
Дополнительная литература		
6	Пуртова Т.В. и др. «Учите детей танцевать». Учебное пособие. Владос, 2004.	http://www.iprbookshop.ru/51706.html .
7	Митрохина В.В. Аэробика. Теория. Методика. Практика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Митрохина В.В.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2010.— 136 с.	http://www.iprbookshop.ru/11442.html
8	Гринева Т.А. Аэробика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Гринева Т.А., Лешева Н.С.— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 97 с.	http://www.iprbookshop.ru/49951.html .
9	Пшеничникова Г.Н. Аэробика в школе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Пшеничникова Г.Н., Коричко Ю.В.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2009.— 244 с.	http://www.iprbookshop.ru/64968.html .

4.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование базы данных	Ссылка на ресурс
1	Яндекс—Энциклопедии и словари	http://slovari.yandex.ru
2	База статистических данных по развитию физической культуры и спорта в РФ	https://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/statisticheskaya-inf/
3	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/defaultx.asp

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС					
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль				Промежуточная аттестация
	Контрольная работа по разделу/теме	Терминологический словарь/гlossарий	Тест	Выполнение нормативов физической подготовленности и зачетных упражнений	Зачет/Экзамен
УК-7					
3.1 (УК.7.1)	+				+
3.2 (УК.7.1)	+				+
У.1 (УК.7.2)		+	+		+
В.1 (УК.7.3)				+	+
В.2 (УК.7.3)			+		+
ПК-2					
3.3 (ПК.2.1)	+				+
У.2 (ПК.2.2)		+			+
В.3 (ПК.2.3)			+		+

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Хореографическая азбука":

1. Контрольная работа по разделу/теме

Темы, по которым осуществляется самостоятельная работа студентов

1. Формирование знаний основных понятий и терминов теории и методики ритмической гимнастики.
2. Организация и проведение тренировочных занятий по ритмике.
3. Техника безопасности и профилактика травматизма.
4. Контроль подготовленности, тренировочных нагрузок и соревновательной деятельности.

Типы заданий, предлагаемых студентам:

- место ритмической гимнастики в решении задач физического воспитания;
- подготовить реферативное сообщение.

Количество баллов: 5

2. Терминологический словарь/гlossарий

Алгоритм учебный – предписание, задающее на основе системы правил последовательность операций, точное выполнение которых позволяет решать задачи определенного класса.

Активные методы обучения – методы, стимулирующие познавательную деятельность обучаемых. Строятся в основном на диалоге, предполагающем свободный обмен мнениями о путях разрешения той или иной проблемы.

Безопасность – состояние деятельности, при котором с определенной вероятностью исключено проявление опасностей или отсутствует чрезмерная опасность.

Бинарный (совмещенный) урок – особый, специфический тип урока. Проводится, как правило, двумя-тремя преподавателями взаимосвязанных предметов.

Государственные образовательные стандарты – основа объективной оценки уровня образования и квалификации выпускников независимо от форм получения образования.

Инновация – нововведения в различных направлениях деятельности образовательного учреждения, которые приводят к качественным, кардинальным изменениям в его функционировании, жизнедеятельности..

Информационная технология обучения – процесс подготовки и передачи информации обучаемому, средством осуществления которого является компьютер.

Качество образования – комплексная характеристика образовательной деятельности и подготовки обучающегося, выражающая степень их соответствия федеральным государственным образовательным стандартам, образовательным стандартам, федеральным государственным требованиям и (или) потребностям физического или юридического лица, в интересах которого осуществляется образовательная деятельность, в том числе достижения планируемых результатов образовательной программы.

Квалификация – уровень, знаний, умений, навыков и компетенции, характеризующий подготовленность к выполнению определенного вида профессиональной деятельности.

Компетенция – (от лат. Compete – добиваюсь, соответствую, подхожу). 1. Круг полномочий, представленных законом, уставом или иным актом конкретного органа или должностного лица. 2. Знания и опыт в той или иной области.

Комплексное методическое обеспечение процесса обучения – планирование, разработка, создание оптимальной системы (комплекса) учебно-методической документации и средства обучения, необходимых для полного и качественного процесса обучения учащихся в рамках времени и содержания, определяемых учебным планом и программой.

Контроль качества учения – определение достигнутого уровня знаний или выявление разницы между реальным и запланированным уровнем освоения учебной программы.

Культура – это совокупность наилучших образцов человеческой деятельности, а также результатов этой деятельности. В культуре фиксируются способы отношения человека к природе, человека к другим людям и к самому себе.

Личностно ориентированный подход – методологический подход, который ставит в центр образовательной системы личность ребенка, развитие его индивидуальных способностей, главная цель- помочь личности познать себя, самоопределиться и самореализоваться, а не формировать заранее заданные свойства, создание условий быть личностью духовно богатой, нравственно устойчивой, психически здоровой.

Межпредметные связи – система содержательных и процессуальных связей при изучении различных учебных предметов.

Методическая работа – это специальный комплекс практических мероприятий, базирующийся на достижениях науки и передового педагогического опыта и направленный на всестороннее повышение компетентности и профессионального мастерства каждого преподавателя.

Методическое обеспечение образовательного процесса – предоставление достаточных методических средств для осуществления образовательного процесса.

Модуль – интеграция содержания, форм, методов обучения, подчиненных определенной теме учебного курса.

Направленность личности – совокупность устойчивых мотивов, ценностных ориентаций, направленных на конкретную деятельность.

Образовательная деятельность – деятельность по реализации образовательных программ.

Образовательная организация – некоммерческая организация, осуществляющая на основании лицензии образовательную деятельность в качестве основного вида деятельности в соответствии с целями, ради достижения которых такая организация создана.

Образовательная программа – комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогических условий и в случаях, предусмотренных ФЗ «Об образовании в РФ», форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, а также оценочных и методических материалов.

Обучающийся – физическое лицо, осваивающее образовательную программу.

Педагогическая технология - есть комплексный, интегративный процесс, включающий людей, идеи, средства и способы организации деятельности для анализа проблем управления решением проблем, охватывающих все аспекты усвоения знаний.

Педагогическая цель – идеальный, мысленно предвосхищаемый педагогом результат его учебно-воспитательной деятельности.

Практика - вид учебной деятельности, направленной на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций в процессе выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью

Средства обучения и воспитания – приборы, оборудование, включая спортивное оборудование и инвентарь, инструменты (в том числе музыкальные), учебно-наглядные пособия, компьютеры, информационно-телекоммуникационные сети, аппаратно-программные и аудиовизуальные средства, печатные

Количество баллов: 5

3. Тест

1. Какой танец получил название «король танцев и танец королей»?

- А. Полонез.
- В. Миньон
- Б. Менуэт.
- Г. Мазурка.

2. Какой танец чаще всего исполняют на сцене кабаре?

- А. Канкан.
- В. Танго.
- Б. Вальс.
- Г. Румба.

3. «Полонез» в переводе с французского означает:

- А. Польский танец.
- В. Половецкие пляски.
- Б. Марш игроков в поло.
- Г. Скрип полозьев.

4. Какой из этих танцев не является польским?

- А. Полонез.
- В. Мазурка.
- Б. Краковяк.
- Г. Полька.

(Это чешский народный танец.)

5. Танцами какой страны являются полонез, мазурка, краковяк?

- А. Венгрии.
- В. Польши.
- Б. Украины.
- Г. Франции.

6. Блестящий образец какого танца создал М.И. Глинка в так называемом «польском акте» (II действие) оперы «Жизнь за царя» («Иван Сусанин»)?

- А. Краковяк.
- В. Полька.
- Б. Полонез.
- Г. Гопак.

7. Жители какой страны танцуют чардаш?

- А. Венгрии.
- В. Молдавии.
- Б. Грузии.
- Г. Италии.

8. Что, в переводе с венгерского, означает название танца чардаш?

- А. Ресторан.
- В. Трактир.
- Б. Кафе.
- Г. Казино.

(Что говорит о простонародном происхождении этого любимого во всём мире танца. в XIX веке чардаш стал бальным танцем.)

9. Как называется оперетта Имре Кальмана?

- А. «Королева чардаша».
- Б. «Императрица полонеза».
- В. «Царица мазурки».
- Г. «Принцесса польки».

10. Какой из этих танцев не является американским?

- А. Твист.
- В. Чарльстон.
- Б. Шейк.
- Г. Буги-вуги.

(Это современный английский бальный танец.)

11. Какой народ придумал танцы «Левонику» и «Крыжачок»?

- А. Белорусский.
- В. Русский.
- Б. Украинский.
- Г. Грузинский.

12. Как называется старинный русский танец в быстром темпе с дробным притоptyванием?

- А. Трепло.
- В. Трепак.
- Б. Болтун.
- Г. Тараторка.

(Музыкальный размер 2/4. Жанр трепака использовали в своих произведениях А.Г. Рубинштейн, П.И. Чайковский, М.П. Мусоргский и др.)

13. С какими темпераментными возгласами танцуют быстрый и весёлый украинский танец гопак?

- А. Асса!
- В. Ура!
- Б. Гоп!
- Г. Вау!

(Отсюда и название танца.)

14. Какое название получил танец, популярный в XIX веке?

- А. Карьер.
- В. Галоп.
- Б. Рысь.
- Г. Иноходь.

15. Какой из этих танцев исполняется в медленном темпе?

- А. Лезгинка.
- В. Тарантелла.
- Б. Галоп.
- Г. Полонез.

16. Как буквально переводится название американского бального танца фокстрот?

- А. Лисий шаг.
- В. Змеиный изгиб.
- Б. Собачья стойка.
- Г. Полёт орла.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Фигурная маршировка":

1. Выполнение нормативов физической подготовленности и зачетных упражнений

Тест определения ловкости

Перепрыгивание через скакалку на полу по кругу в заданной последовательности. 1 - на правой ноге; 2 - на левой; 3 - на двух; 4 - ноги врозь; 5- ноги скрестно.

5 баллов - упр. выполнено без ошибок; 4 балла - при одном нарушении последовательности, нарушении ритма; 3 балла - заступ на скакалку, нарушения ритма.

Тест для определения точности

При вращении скакалки учителем школьник перепрыгивает ее 10 раз на обеих ногах.

5 баллов - задание выполнено; 4 балла - один сбой; 3 балла - два сбоя в темпе движений.

Тесты для определения равновесия

Толчком двумя прыжок вперед через полосу шириной 0,5 м в стойку на одной ноге, руки на пояс. Оценивается степень сохранения равновесия после прыжка.

5 баллов - сохранение вертикального положения; 4 балла - незначительное покачивание верхнего плечевого пояса; 3 балла - переступания с фиксацией положения.

1. Из стойки на лопатках перекат вперед в стойку на одной ноге, другую назад, руки на пояс.

5 баллов - уверенное выполнение, хорошая фиксация тела; 4 балла - наличие покачиваний не сходя с места; 3 балла - нарушение слитности, переступания.

2. Передвижение в приседе по наклонной скамейке, прикрепленной к гимнастической стенке.

5 баллов - движения слитны, уверенны, в среднем темпе; 4 балла - замедленный темп с покачиваниями; 3 балла - излишняя скованность, напряжение.

Тесты для определения ритмичности

Выпадами нога опускается на пол акцентировано с носка на всю ступню. Оценивается ритмичность движений.

5 баллов - нога неслышно ставится на большой палец, затем акцентировано на ступню через одинаковые промежутки; 4 бала - явная напряженность и скованность; 3 бала - 1-2 нарушения в равномерности шагов.

3. Занимающиеся повторяют за учителем показанное упражнение: ходьбу с подниманием прямой ноги вперед с отведением рук в стороны, сохраняя рисунок движения, ритм, амплитуду, темп, динамику.

5 баллов - полное соответствие с образцом; 4 балла - нога поднята до горизонтали, носок не оттянут, голова опущена; 3 балла - нога не доведена до горизонтали, движения скованны, руки не всегда разводятся в стороны.

Тест для определения уровня пластичности

Приставной шаг в сторону с небольшим приседанием (4 шага влево, 4 шага вправо) выполняется с вращением кистей наружу и внутрь (2 движения).

5 баллов - полное соответствие амплитуды, направления, темпа, слитность выполнения; 4 балла - недостаточная слитность, выразительность; 3 балла - слабая слитность и отсутствие выразительности.

Способность к ориентированию в пространстве

Оценка выполнения 3 кувырков вперед последовательно по прямой линии с фиксацией в положении стойка руки в стороны.

5 баллов - уверенное выполнение, хорошая фиксация тела; 4 балла - наличие покачиваний не сходя с места; 3 балла - нарушение слитности переступания.

Количество баллов: 5

2. Контрольная работа по разделу/теме

Темы, по которым осуществляется самостоятельная работа студентов

1.Правила проведения соревнований, методика и техника судейства по ритмической гимнастике.

2.Предупреждение травматизма на занятиях, правила оказания первой помощи при травмах, профилактика травматизма, страховка и помощь как мера предупреждения травм.

3. Контроль подготовленности, тренировочных нагрузок и соревновательной деятельности.

Типы заданий, предлагаемых студентам:

Подготовить реферативное сообщение по темам:

– методика проведения круговой тренировки для повышения общефизической подготовки занимающихся ритмической гимнастикой;

- критерий правильного подбора упражнений хореографической подготовки занимающихся.

Количество баллов: 5

3. Тест

1. Какой танец получил название «король танцев и танец королей»?

- А. Полонез.
- В. Миньон
- Б. Менуэт.
- Г. Мазурка.

2. Какой танец чаще всего исполняют на сцене кабаре?

- А. Канкан.
- В. Танго.
- Б. Вальс.
- Г. Румба.

3. «Полонез» в переводе с французского означает:

- А. Польский танец.
- В. Половецкие пляски.
- Б. Марш игроков в поло.
- Г. Скрип полозьев.

4. Какой из этих танцев не является польским?

- А. Полонез.
- В. Мазурка.
- Б. Краковяк.
- Г. Полька.

(Это чешский народный танец.)

5. Танцами какой страны являются полонез, мазурка, краковяк?

- А. Венгрии.
- В. Польши.
- Б. Украины.
- Г. Франции.

6. Блестящий образец какого танца создал М.И. Глинка в так называемом «польском акте» (II действие) оперы «Жизнь за царя» («Иван Сусанин»)?

- А. Краковяк.
- В. Полька.
- Б. Полонез.
- Г. Гопак.

7. Жители какой страны танцуют чардаш?

- А. Венгрии.
- В. Молдавии.
- Б. Грузии.
- Г. Италии.

8. Что, в переводе с венгерского, означает название танца чардаш?

- А. Ресторан.
- В. Трактир.
- Б. Кафе.
- Г. Казино.

(Что говорит о протонародном происхождении этого любимого во всём мире танца. в XIX веке чардаш стал бальным танцем.)

9. Как называется оперетта Имре Кальмана?

- А. «Королева чардаша».
- Б. «Императрица полонеза».
- В. «Царица мазурки».
- Г. «Принцесса польки».

10. Какой из этих танцев не является американским?

- А. Твист.
- В. Чарльстон.
- Б. Шейк.
- Г. Буги-вуги.

(Это современный английский бальный танец.)

11. Какой народ придумал танцы «Левонику» и «Крыжачок»?

- А. Белорусский.
- В. Русский.
- Б. Украинский.
- Г. Грузинский.

12. Как называется старинный русский танец в быстром темпе с дробным притоптыванием?

- А. Трепло.
- В. Трепак.
- Б. Болтун.
- Г. Тараторка.

(Музыкальный размер 2/4. Жанр трепака использовали в своих произведениях А.Г. Рубинштейн, П.И. Чайковский, М.П. Мусоргский и др.)

13. С какими темпераментными возгласами танцуют быстрый и весёлый украинский танец гопак?

- А. Асса!
- В. Ура!
- Б. Гоп!
- Г. Вау!

(Отсюда и название танца.)

14. Какое название получил танец, популярный в XIX веке?

- А. Карьер.
- В. Галоп.
- Б. Рысь.
- Г. Иноходь.

15. Какой из этих танцев исполняется в медленном темпе?

- А. Лезгинка.
- В. Тарантелла.
- Б. Галоп.
- Г. Полонез.

16. Как буквально переводится название американского бального танца фокстрот?

- А. Лисий шаг.
- В. Змеиный изгиб.
- Б. Собачья стойка.
- Г. Полёт орла.

5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».

Первый период контроля

1. Зачет по факультативу

Вопросы к зачету:

1. Элементарные основы музыкальной грамоты. Понятие о ритме, темпе, размере, такте, динамических оттенках.
2. Методика обучения танцевальным шагом (простого, приставного, переменного, галопа, скачка, польки, вальса)
3. Специальные упражнения художественной гимнастики. Упражнения без предмета.
4. Методы и методические приемы обучения в музыкально-ритмическом воспитании.
5. Основные средства и методические особенности курса музыкально- ритмического воспитания.
6. Элементарные основы музыкальной грамоты.
7. Хореографические упражнения. Позиции рук и ног.
8. Методика обучения танцевальных шагов.
9. Методика обучения последовательности танцевальных фигур в изученных танцах.
10. Гимнастика в отечественной системе физического воспитания. Гимнастическая терминология.
11. Гимнастика, как исторически сложившаяся совокупность специфических средств и методов физического воспитания и её основные задачи.
12. Основные средства и методические особенности гимнастики.
13. Виды гимнастики и их характеристика.
14. Цели и задачи курса музыкально-ритмического воспитания.
15. Методы и методические приемы обучения в музыкально-ритмическом воспитании.
16. Основные средства и методические особенности курса музыкально- ритмического воспитания.
17. Элементарные основы музыкальной грамоты: ритм; темп; размер; такт; динамические отметки.
18. Хореографические упражнения. Позиции рук и ног.
19. Методика обучения танцевальных шагов: простого; приставного; переменного; галопа; скачка; польки; вальса.
20. Методика обучения последовательности танцевальных фигур в изученных танцах: «Хоровод», «Закарпатский», «Травушка-муравушка», «Школьная полька», «Школьный вальс».

Типовые практические задания:

1. Цели и задачи курса музыкально-ритмического воспитания.
2. Методы и методические приемы обучения в музыкально-ритмическом воспитании.
3. Основные средства и методические особенности курса музыкально- ритмического воспитания.
4. Элементарные основы музыкальной грамоты: ритм; темп; размер; такт; динамические отметки.
5. Хореографические упражнения. Позиции рук и ног.
6. Методика обучения танцевальных шагов: простого; приставного; переменного; галопа; скачка; польки; вальса.
7. Методика обучения последовательности танцевальных фигур в изученных танцах: «Хоровод», «Закарпатский», «Травушка-муравушка», «Школьная полька», «Школьный вальс».

5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	- дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	- дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы

"Удовлетворительно" ("зачтено")	- затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	- неправильная оценка предложенной ситуации - отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

2. Зачет по факультативу

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по факультативу и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по факультативу, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачёту и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачёта и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путём самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

3. Контрольная работа по разделу/теме

Контрольная работа выполняется с целью проверки знаний и умений, полученных студентом в ходе лекционных и практических занятий и самостоятельного изучения дисциплины. Написание контрольной работы призвано установить степень усвоения студентами учебного материала раздела/темы и формирования соответствующих компетенций.

Подготовку к контрольной работе следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данному разделу/теме и конспектов лекций.

Контрольная работа выполняется студентом в срок, установленный преподавателем в письменном (печатном или рукописном) виде.

При оформлении контрольной работы следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

4. Терминологический словарь/гlossарий

Терминологический словарь/гlossарий – текст справочного характера, в котором представлены в алфавитном порядке и разъяснены значения специальных слов, понятий, терминов, используемых в какой-либо области знаний, по какой-либо теме (проблеме).

Составление терминологического словаря по теме, разделу дисциплины приводит к образованию упорядоченного множества базовых и периферийных понятий в форме алфавитного или тематического словаря, что обеспечивает студенту свободу выбора рациональных путей освоения информации и одновременно открывает возможности регулировать трудоемкость познавательной работы.

Этапы работы над терминологическим словарем:

1. внимательно прочитать работу;
2. определить наиболее часто встречающиеся термины;
3. составить список терминов, объединенных общей тематикой;
4. расположить термины в алфавитном порядке;
5. составить статьи гlossария:
 - дать точную формулировку термина в именительном падеже;
 - объемно раскрыть смысл данного термина.

5. Тест

Тест это система стандартизированных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными. Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- выявить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

6. Выполнение нормативов физической подготовленности и зачетных упражнений

Нормативы физической подготовленности определяют уровень общей и специальной физической подготовленности обучающихся. К выполнению контрольных нормативов допускаются студенты, не имеющие медицинских противопоказаний.

Контрольные упражнения проводятся в целях определения уровня общей и специальной физической подготовленности студентов.

В ходе выполнения нормативов/упражнения обучающиеся обязаны соблюдать технику безопасности и стараться показать наиболее высокий результат. Студенты, специальной медицинской группы, выполняют нормативы и зачетные упражнения с учетом противопоказаний по заболеваниям.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Развивающее обучение
2. Технология развития критического мышления
3. Игровые технологии

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. спортивный зал
4. тацевальный зал
5. Лицензионное программное обеспечение:
 - Операционная система Windows 10
 - Microsoft Office Professional Plus
 - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
 - Справочная правовая система Консультант плюс
 - 7-zip
 - Adobe Acrobat Reader DC